॥ ಶ್ರೀ ॥

ಶ್ರೀಮದಾನಂದತೀರ್ಥಭಗವತ್ಪಾದಾಚಾರ್ಯವಿರಚಿತಾ

ಸದಾಚಾರ ಸ್ಮೃತಿಃ

ಯಸ್ಮಿನ್ ಸರ್ವಾಣಿ ಕರ್ಮಾಣಿ ಸಂನ್ಯಸ್ಯಾಧ್ಯಾತ್ಮ ಚೇತಸಾ ।
ನಿರಾಶೀರ್ನಿಮಮೋ ಯಾತಿ ಪರಂ ಜಯತಿ ಸೋಽಚ್ಯುತಃ ॥ ೧ ॥
ಸ್ಮೃತ್ವಾ ವಿಷ್ಣುಂ ಸಮುತ್ಥಾಯ ಕೃತಶೌಚೋ ಯಥಾವಿಧಿ ।
ಧೌತದಂತಃ ಸಮಾಚಮ್ಯ ಸ್ನಾನಂ ಕುರ್ಯಾದ್ವಿಧಾನತಃ ॥ ೨ ॥
ಉದ್ಧೃತೇತಿ ಮೃದಾಽಽಲಿಪ್ಯ ದ್ವಿಷಡಷ್ಟಷಡಕ್ಷರೈಃ ।
ತ್ರಿರ್ನಿಮಜ್ಯಾಪ್ಯ ಸೂಕ್ತೇನ ಪ್ರೋಕ್ಷಯಿತ್ವಾ ಪುನಸ್ತಥಾ ॥ ೩ ॥
ಮೃದಾಲಿಪ್ಯ ನಿಮಜ್ಯ ತ್ರಿಃ ತ್ರಿರ್ಜಪೇದಘಮರ್ಷಣಮ್ ।
ಸ್ರಷ್ಟಾರಂ ಸರ್ವಲೋಕಾನಾಂ ಸ್ಮೃತ್ವಾ ನಾರಾಯಣಂ ಪರಮ್ ॥ ೪ ॥
ಯತಶ್ವಾಸೋ ನಿಮಜ್ಯಾಪ್ಸು ಪ್ರಣವೇನೋತ್ಥಿತಸ್ತತಃ ।
ಸಿಂಚಯೇತ್ ಪುರುಷಸೂಕ್ತೇನ ಸ್ವದೇಹಸ್ಥಂ ಹರಿಂ ಸ್ಮರನ್ ॥ ೫ ॥
ವಸಿತ್ವಾ ವಾಸ ಆಚಮ್ಯ ಪ್ರೋಕ್ಷ್ಯಾಽಽಚಮ್ಯ ಚ ಮಂತ್ರತಃ ।
ಗಾಯತ್ರ್ಯಾ ಚಾಂಜಲಿಂ ದತ್ವಾ ಧ್ಯಾತ್ವಾ ಸೂರ್ಯಗತಂ ಹರಿಮ್ ॥ ೬ ॥
ಮಂತ್ರತಃ ಪರಿವೃತ್ಯಾಥ ಸಮಾಚಮ್ಯ ಸುರಾದಿಕಾನ್ ।
ತರ್ಪಯಿತ್ವಾ ನಿಪೀಡ್ಯಾಥ ವಾಸೋ ವಿಸ್ತೀರ್ಯ ಚಾಂಜಸಾ ॥ ೭ ॥
ಅರ್ಕಮಂಡಲಗಂ ವಿಷ್ಣುಂ ಧ್ಯಾತ್ವೈವ ತ್ರಿಪದೀಂ ಜಪೇತ್ ।
ಸಹಸ್ರಪರಮಾಂ ದೇವೀಂ ಶತಮಧ್ಯಾಂ ದಶಾವರಾಮ್ ॥ ೮ ॥
ಆಸೂರ್ಯದರ್ಶನಾತ್ತಿಷ್ಠೇತ್ತತಸ್ತೂಪವಿಶೇತ ವಾ ।
ಪೂರ್ವಾಂ ಸಂಧ್ಯಾಂ ಸನಕ್ಷತ್ರಾಂ ಉತ್ತರಾಂ ಸದಿವಾಕರಾಮ್ ।
ಉತ್ತರಾಮುಪವಿಶ್ಯೈವ ವಾಗ್ಯತಃ ಸರ್ವದಾ ಜಪೇತ್ ॥ ೯ ॥
ಧ್ಯೇಯಃ ಸದಾ ಸವಿತೃಮಂಡಲಮಧ್ಯವರ್ತೀ
ನಾರಾಯಣಃ ಸರಸಿಜಾಸನಸನ್ನಿವಿಷ್ಟಃ ।
ಕೇಯೂರವಾನ್ ಮಕರಕುಂಡಲವಾನ್ ಕಿರೀಟೀ

ಹಾರೀ ಹಿರಣ್ಮಯವಪುರ್ಧೃತಶಂಖಚಕ್ರಃ ॥ ೧೦ ॥
ಗಾಯತ್ರ್ಯಾಸ್ತ್ರಿಗುಣಂ ವಿಷ್ಣುಂ ಧ್ಯಾಯನ್ನಷ್ಟಾಕ್ಷರಂ ಜಪೇತ್ ।
ಪ್ರಣಮ್ಯ ದೇವಾನ್ವಿಪ್ರಾಂಶ್ಚ ಗುರೂಂಶ್ಚ ಹರಿಪಾರ್ಷದಾನ್ ।
ಏವಂ ಸರ್ವೋತ್ತಮಂ ವಿಷ್ಣುಂ ಧ್ಯಾಯನ್ನೇವಾರ್ಚಯೇದ್ಧರಿಮ್ ॥ ೧೧ ॥
ಧ್ಯಾನಪ್ರವಚನಾಭ್ಯಾಂ ಚ ಯಥಾಯೋಗ್ಯಮುಪಾಸನಮ್ ।
ಧರ್ಮೇಣೇಜ್ಯಾಸಾಧನಾನಿ ಸಾಧಯಿತ್ವಾ ವಿಧಾನತಃ ॥ ೧೨ ॥
ಸ್ನಾತ್ವಾ ಸಂಪೂಜಯೇದ್ವಿಷ್ಣುಂ ವೇದತಂತ್ರೋಕ್ತಮಾರ್ಗತಃ ।
ವೈಶ್ವದೇವಂ ಬಲಿಂ ಚೈವ ಕುರ್ಯಾನ್ನಿತ್ಯಂ ತದರ್ಪಣಮ್ ॥ ೧೩ ॥
ಇಷ್ಟಂ ದತ್ತಂ ಹುತಂ ಜಪ್ತಂ ಪೂರ್ತಂ ಯಚ್ಚಾತ್ಮನಃ ಪ್ರಿಯಂ ।
ದಾರಾನ್ ಸುತಾನ್ ಪ್ರಿಯಾನ್ ಪ್ರಾಣಾನ್ ಪರಸ್ಮೈ ಸನ್ನಿವೇದಯೇತ್ ॥
ಭುಕ್ತಶೇಷಂ ಭಗವತೋ ಭೃತ್ಯಾತಿಥಿಪುರಸ್ಸರಃ ।
ಭುಂಜೀತ ಹೃದ್ಗತಂ ವಿಷ್ಣುಂ ಸ್ಮರಂಸ್ತದ್ಗತಮಾನಸಃ ।
ಆಚಮ್ಯ ಮೂಲಮಂತ್ರೇಣ ಕೋಷ್ಠಂ ಸ್ವಮಭಿಮಂತ್ರಯೇತ್ ॥ ೧೪ ॥
ವೇದಶಾಸ್ತ್ರವಿನೋದೇನ ಪ್ರೀಣಯನ್ ಪುರುಷೋತ್ತಮಂ ।
ಅಹಃಶೇಷಂ ನಯೇತ್ಸಂಧ್ಯಾಮುಪಾಸೀತಾಥ ಪೂರ್ವವತ್ ॥ ೧೫ ॥
ಯಾಮಾತ್ ಪರತ ಏವಾಥ ಸ್ವಪೇದ್ ಧ್ಯಾಯನ್ ಜನಾರ್ದನಂ ।
ಅಂತರಾಲೇ ತತೋ ಬುಧ್ವಾ ಸ್ಮರೇತ ಬಹುಶೋ ಹರಿಮ್ ॥ ೧೬ ॥
ಕಾಯೇನ ವಾಚಾ ಮನಸೇಂದ್ರಿಯೈರ್ವಾ
ಬುಧ್ಯಾ ಽಽತ್ಮನಾ ವಾಽನುಸೃತಃ ಸ್ವಭಾವಂ ।
ಕರೋತಿ ಯದ್ಯತ್ಸಕಲಂ ಪರಸ್ಮೈ
ನಾರಾಯಣಾಯೇತಿ ಸಮರ್ಪಯೇತ್ತತ್ ॥ ೧೭ ॥
ದ್ವಾವಿಮೌ ಪುರುಷೌ ಲೋಕೇ ಕ್ಷರಶ್ಚಾಕ್ಷರ ಏವ ಚ ।
ಕ್ಷರಃ ಸರ್ವಾಣಿ ಭೂತಾನಿ ಕೂಟಸ್ಥೋಽಕ್ಷರ ಉಚ್ಯತೇ ॥ ೧೯ ॥
ಉತ್ತಮಃ ಪುರುಷಸ್ತ್ವನ್ಯಃ ಪರಮಾತ್ಮೇತ್ಯುದಾಹೃತಃ ।
ಯೋ ಲೋಕತ್ರಯಮಾವಿಶ್ಯ ಬಿಭರ್ತ್ಯವ್ಯಯ ಈಶ್ವರಃ ॥ ೨೦॥
ಯಸ್ಮಾತ್ಕ್ಷರಮತೀತೋಽಹಮಕ್ಷರಾದಪಿ ಚೋತ್ತಮಃ ।

ಅತೋಽಸ್ಮಿ ಲೋಕೇ ವೇದೇ ಚ ಪ್ರಥಿತಃ ಪುರುಷೋತ್ತಮಃ ॥ ೨೧ ॥
ಯೋ ಮಾಮೇವಮಸಂಮೂಢೋ ಜಾನಾತಿ ಪುರುಷೋತ್ತಮಂ ।
ಸ ಸರ್ವವಿದ್ ಭಜತಿ ಮಾಂ ಸರ್ವಭಾವೇನ ಭಾರತ ॥ ೨೨ ॥
ಇತಿ ಗುಹ್ಯತಮಂ ಶಾಸ್ತ್ರಮಿದಮುಕ್ತಂ ಮಯಾಽನಘ ।
ಏತದ್ಬುಧ್ವಾ ಬುದ್ಧಿಮಾನ್ ಸ್ಯಾತ್ಕೃತಕೃತ್ಯಶ್ಚ ಭಾರತ ॥ ೨೩ ॥
ರುದ್ರಂ ಸಮಾಶ್ರಿತಾ ದೇವಾ ರುದ್ರೋ ಬ್ರಹ್ಮಾಣಮಾಶ್ರಿತಃ ।
ಬ್ರಹ್ಮಾ ಮಾಮಾಶ್ರಿತೋ ನಿತ್ಯಂ ನಾಹಂ ಕಂಚಿದುಪಾಶ್ರಿತಃ ॥ ೨೪ ॥
ಯೇ ಮೇ ಮತಮಿದಂ ನಿತ್ಯಮನುತಿಷ್ಠಂತಿ ಮಾನವಾಃ ।
ಶ್ರದ್ಧಾವಂತೋಽನಸೂಯಂತೋ ಮುಚ್ಯಂತೇ ತೇಽಪಿ ಕರ್ಮಭಿಃ ॥ ೨೫ ॥
ಯೇ ತ್ವೇತದಭ್ಯಸೂಯಂತೋ ನಾನುತಿಷ್ಠಂತಿ ಮೇ ಮಂತಂ ।
ಸರ್ವಜ್ಞಾನವಿಮೂಢಾಂಸ್ತಾನ್ ವಿದ್ಧಿ ನಷ್ಟಾನಚೇತಸಃ ॥ ೨೬ ॥
ದ್ವೌ ಭೂತಸರ್ಗೌ ಲೋಕೇಽಸ್ಮಿನ್ ದೈವ ಆಸುರ ಏವ ಚ ।
ವಿಷ್ಣುಭಕ್ತಿಪರೋ ದೈವಃ ವಿಪರೀತಸ್ತಥಾಽಸುರಃ ॥ ೨೭॥
ಸ್ಮರ್ತವ್ಯಃ ಸತತಂ ವಿಷ್ಣುಃ ವಿಸ್ಮರ್ತವ್ಯೋ ನ ಜಾತುಚಿತ್ ।
ಸರ್ವೇ ವಿಧಿನಿಷೇಧಾಸ್ಸ್ಯುಃ ಏತಯೋರೇವ ಕಿಂಕರಾಃ ॥ ೨೮ ॥
ಧರ್ಮೋ ಭವತ್ಯಧರ್ಮೋಽಪಿ ಕೃತೋ ಭಕ್ತೈಸ್ತವಾಚ್ಯುತ ।
ಪಾಪಂ ಭವತಿ ಧರ್ಮೋಽಪಿ ಯೋ ನ ಭಕ್ತೈಃ ಕೃತೋ ಹರೇ ॥ ೨೯ ॥
ಮನ್ಮನಾ ಭವ ಮದ್ಭಕ್ತೋ ಮದ್ಯಾಜೀ ಮಾಂ ನಮಸ್ಕುರು ।
ನಿತ್ಯಂ ಭವೇಚ್ಚ ಮನ್ನಿಷ್ಠೋ ಬುಭೂಷುಃ ಪುರುಷಸ್ತತಃ ॥ ೩೦ ॥
ಏಷ ನಿತ್ಯಃ ಸದಾಚಾರೋ ಗೃಹಿಣೋ ವನಿನಸ್ತಥಾ ।
ವೈಶ್ವದೇವಂ ಬಲಿಂ ದಂತಧಾವನಂ ಚಾಪ್ಯೃತೇ ವಟೋಃ ॥ ೩೧ ॥
ಏವಮೇವ ಯತೇಃ ಸ್ವೀಯವಿತ್ತೇನ ತು ವಿನಾ ಸದಾ ।
ಮೂಲಮಂತ್ರೈಃ ಸದಾ ಸ್ನಾನಂ ವಿಷ್ಣೋರೇವ ಚ ತರ್ಪಣಂ ॥ ೩೨ ॥
ವಿಶೇಷೋ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಯತೇರಜಲಾಂಜಲಿತಾ ತಥಾ ।
ತರ್ಪಣಂ ತು ಹರೇರೇವ ಯತೇರನ್ಯಸ್ಯ ಚೋದಿತಮ್ ।
ಸಮಿದ್ಧೋಮೋ ವಟೋಶ್ಚೈವ ಸ್ಮೃತ್ವಾ ವಿಷ್ಣುಂ ಹುತಾಶನೇ ॥ ೩೩ ॥

ಸರ್ವವರ್ಣಾಶ್ರಮೈರ್ವಿಷ್ಣುರೇಕ ಏವೇಜ್ಯತೇ ಸದಾ ।
ರಮಾಬ್ರಹ್ಮಾದಯಸ್ತಸ್ಯ ಪರಿವಾರತಯೈವ ತು ॥ ೩೪ ॥
ಕವಿಂ ಪುರಾಣಮನುಶಾಸಿತಾರಮಣೋರಣೀಯಾಂಸಮನುಸ್ಮರೇಧ್ಯಃ ।
ಸರ್ವಸ್ಯ ಧಾತಾರಮಚಿಂತ್ಯರೂಪಂ ಆದಿತ್ಯವರ್ಣಂ ತಮಸಃ ಪರಸ್ತಾತ್ ॥
ವೇದಾಹಮೇತಂ ಪುರುಷಂಮಹಾಂತಂ ಆದಿತ್ಯವರ್ಣಂ ತಮಸಸ್ತು ಪಾರೇ।
ಸರ್ವಾಣಿರೂಪಾಣಿ ವಿಚಿಂತ್ಯ ಧೀರೋ ನಾಮಾನಿ ಕೃತ್ವಾಽಭಿವದನ್ಯದಾಸ್ತೇ॥
ಧಾತಾ ಪುರಸ್ತಾದ್ಯಮುದಾಜಹಾರ ಶಕ್ರಃ ಪ್ರವಿದ್ವಾನ್ಪ್ರದಿಶಶ್ಚತಸ್ರಃ ।
ತಮೇವಂ ವಿದ್ವಾನಮೃತ ಇಹ ಭವತಿ ನಾನ್ಯಃಪಂಥಾ ಅಯನಾಯವಿದ್ಯತೇ॥
ಆನಂದತೀರ್ಥಮುನಿನಾ ವ್ಯಾಸವಾಕ್ಯಸಮುದ್ಧೃತಿಃ ।
ಸದಾಚಾರಸ್ಯ ವಿಷಯೇ ಕೃತಾ ಸಂಕ್ಷೇಪತಃ ಶುಭಾ ॥ ೩೮ ॥
ಅಶೇಷಕಲ್ಯಾಣಗುಣನಿತ್ಯಾನುಭವಸತ್ತನುಃ ।
ಅಶೇಷದೋಷರಹಿತಃ ಪ್ರೀಯತಾಂ ಪುರುಷೋತ್ತಮಃ ॥ ೩೯ ॥
॥ಇತಿ ಶ್ರೀಮದಾನಂದತೀರ್ಥಭಗವತ್ಪಾದಾಚಾರ್ಯವಿರಚಿತಾ ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿಃ॥

ಶ್ರೀವಾದಿರಾಜಯತಿಕೃತಾ

ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿಃ

ಬುದ್ಧ್ವಾ ಬ್ರಾಹ್ಮೇ ಮುಹೂರ್ತೇ ಸ್ಮೃತಹರಿರಥ ಸಂಕೀರ್ತ್ಯ ತಂ ನೈಋತಾಶಾಂ
ಗತ್ವಾ ತ್ಯಕ್ತ್ವಾ ಪುರೀಷಂ ಸ್ಮೃತಿವಿಹಿತಮೃದಾ ಚೀರ್ಣಶೌಚಃ ಪ್ರಶೋಧ್ಯ ।
ದಂತಾನ್ ಕಾಷ್ಠೇನ ಕೃತ್ವಾಽಽಚಮನಮಥ ಸಕೃನ್ಮಗ್ನ ಉತ್ಥಾಯ ತಿಥ್ಯಾದ್ಯುಕ್ತ್ವಾ
ಮೃತ್ಸ್ನಾಂ ತ್ರಿಭಾಗಾಂ ದಿನಕರಮನುನಾ ಮಂತ್ರ್ಯಪೂರ್ವೇಣ ಲಿಂಪೇತ್ ॥ ೧ ॥
ದೇಹಂ ಕಕ್ಷಾಲಿಕೇ ಚೋದಿತಮನುರಪರೇಣಾಂಸಜಾನುಸ್ವಪೃಷ್ಠಂ
ನತ್ವಾ ಕೃಷ್ಣಂ ಗುರೂಂಶ್ಚ ಸ್ಮೃತಹರಿರಖಿಲಂ ತೀರ್ಥಮಾವಾಹ್ಯ ತೋಯೇ ।
ಮಗ್ನಸ್ತ್ರಿರ್ದ್ವಾದಶಾಷ್ಟಾಕ್ಷರಹರಿಮನುಭಿರ್ವಾಯುರುಪಸ್ಪೃಶ್ಯ ಚಾಪ್ಯಂ
ಸೂಕ್ತಂ ಜಪ್ತ್ವಾಽಥ ಲಿಂಪೇನ್ಮೃದಮುದಿತಮೃತಂ ಚೇತಿ ಸೂಕ್ತಂ ಜಪಂಸ್ತ್ರಿಃ ॥೨॥
ಮಗ್ನಃ ಪುಂಸೂಕ್ತಮಂತ್ರೈಃ ಶಿವಶಿಖರಜಲೇನಾಭಿಷಿಚ್ಯಾಥ ತೀರ್ಥಂ
ಪೀತ್ವಾ ಸಂತರ್ಪ್ಯ ದೇವಾದ್ಯಥ ಧೃತವಸನೋ ವಾಯುರುಪಸ್ಪೃಶ್ಯ ಪುಂಡ್ರಂ।
ಚಕ್ರಾದೀನ್ ಧಾರಯಿತ್ವಾ ಶ್ರುತಿವಿಹಿತಪಥೈಃ ಪೂರ್ವಸಂಧ್ಯಾಮುಪಾಸ್ಯ

ಸ್ಮೃತ್ವಾಽರ್ಕಸ್ಥಂ ಮುಕುಂದಂ ಜಪಮಥ ವಿರಚಯ್ಯೋದಿತೇಽಗ್ನೌ ಜುಹೋತಿ ॥೩॥
ಸ್ನಾತ್ವಾ ಮಧ್ಯಾಹ್ನಕಾಲೇ ಶ್ರುತಿಪಥವಿದುಪಾಸ್ಯಾಥ ಸಂಧ್ಯಾಂ ಗುರೂಕ್ತಾನ್
ಮಂತ್ರಾನ್ ಜಪ್ತ್ವಾ ಪ್ರತರ್ಪ್ಯಾಚ್ಯುತಮಥ ವಿಹಿತಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞೋಽರ್ಚಯಿತ್ವಾ ।
ಕೃತ್ವೋಕ್ತಂ ವೈಶ್ವದೇವಂ ಸುಜನಪರಿವೃತಸ್ತತ್ಪ್ರಸಾದಾನ್ನಭೋಜೀ
ವಿದ್ಯಾಗೋಷ್ಠೀಪ್ರಹೃಷ್ಟಃ ಪ್ರತಿದಿವಸಮುಪಾಸೀತ ಸಾಯಂ ಚ ಸಂಧ್ಯಾಂ ॥ ೪ ॥
ಬುದ್ಧ್ವಾ ಬ್ರಾಹ್ಮೇ ಮುಹೂರ್ತೇ ಹೃದಿ ನೃಹರಿಮಭಿಷ್ಟೂಯ ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತರೀತ್ಯಾ
ಸ್ನಾತ್ವಾ ಚಕ್ರೋರ್ಧ್ವಪುಂಡ್ರಾಂಕಿತತನುರಿನಬಿಂಬಸ್ಥನಾರಾಯಣಾರ್ಘ್ಯಂ ।
ದತ್ವಾ ಜಪ್ತ್ವಾಽಥ ಹುತ್ವಾ ಸ್ವಗುರುಮನುಜಪಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞಾಚ್ಯುತಾರ್ಚಾಃ
ಕೃತ್ವಾ ಹುತ್ವಾಽಥ ಭುಕ್ತ್ವಾ ಕಥಿತಹರಿಕಥೋಂಽತ್ಯಾಮುಪಾಸೀತ ಸಂಧ್ಯಾಂ ॥ ೫ ॥
ಕರ್ಮಾದೌ ಕರ್ಮಮಧ್ಯೇ ತದುಪರಿ ಚ ಹರಿಂ ಪ್ರೇರಕಂ ಸಂಸ್ಮರಂತಃ
ತಸ್ಮಿಂಸ್ತಾನ್ಯರ್ಪಯಂತಃ ಶ್ರುತಿಪಥವಿಪರೀತಕ್ರಿಯಾ ವರ್ಜಯಂತಃ ।
ಏವಂ ಯೇ ವಾದಿರಾಜಾಭಿಧಯತಿರಚಿತಂ ಸಂಗ್ರಹಂ ಸಂಸ್ಮರಂತಃ
ಕುರ್ಯುಃ ಕರ್ಮಾಣಿ ತೇಷಾಂ ವಿತರತಿ ಸಕಲಾಭೀಷ್ಟಮಿಷ್ಟೋ ಮುಕುಂದಃ ॥ ೬ ॥

॥ ಇತಿ ಶ್ರೀವಾದಿರಾಜಯತಿಕೃತಾ ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿಃ ಸಮಾಪ್ತಾ ॥

॥ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು ॥

* * *

॥ ಶ್ರೀಃ ॥

ಶ್ರೀಮದಾನಂದತೀರ್ಥಭಗವತ್ಪಾದಾಚಾರ್ಯವಿರಚಿತಾ

ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿಃ

ಕನ್ನಡಭಾವಪ್ರಕಾಶಿಕಾ ಸಹಿತ

ವೈಷ್ಣವರ ಕರ್ಮಾಚರಣೆಯ ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಶ್ರುತಿಸ್ಮೃತಿಗಳ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಬೋಧಿಸಿ ಉದ್ಧರಿಸಲಿಕ್ಕಾಗಿ ಶ್ರೀಮಧ್ವಾಚಾರ್ಯರು ರಚಿಸಿರುವ ಸುಮಾರು ೩೯ ಶ್ಲೋಕಗಳ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವವಾದ ಚಿಕ್ಕ ಗ್ರಂಥವೇ ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿ.

ಮೊದಲಿಗೆ ಅಚ್ಯುತನ ಸ್ಮರಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಈ ಕೃತಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಯಸ್ಮಿನ್ ಸರ್ವಾಣಿ ಕರ್ಮಾಣಿ ಸಂನ್ಯಸ್ಯಾಧ್ಯಾತ್ಮ ಚೇತಸಾ ।
ನಿರಾಶೀರ್ನಿಮಮೋ ಯಾತಿ ಪರಂ ಜಯತಿ ಸೋಽಚ್ಯುತಃ ॥೧॥

ಚತುರ್ವಿಧ ನಾಶರಹಿತನಾದ ಅಚ್ಯುತನು ಸರ್ವೋತ್ಕೃಷ್ಟನು. ಪರಮಾತ್ಮನ ಬಗ್ಗೆ ಈ ರೀತಿಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿದ ಸಾಧಕನು ಮಮಕಾರ ಮತ್ತು ಅಹಂಕಾರಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ, ಯಾವುದೇ ಐಹಿಕ ಆಸೆ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದದೆ ತಾನು ಮಾಡುವ ಎಲ್ಲ ಕರ್ಮಗಳೂ ಸ್ವತಂತ್ರನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನಿಂದಲೇ ಆಗುತ್ತಿವೆ, ತಾನು ಕೇವಲ ಉಪಕರಣ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ, ಎಲ್ಲ ಕರ್ಮಗಳನ್ನೂ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಸಮರ್ಪಿಸಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದೇ ಗೀತೋಕ್ತ ನಿಷ್ಕಾಮ ಕರ್ಮ. ಇದರಿಂದ ಅಪರೋಕ್ಷಜ್ಞಾನ ದ್ವಾರಾ ಪರಮಾತ್ಮನ ಪರಮಪ್ರಸಾದವಾದ ಮೋಕ್ಷಪ್ರಾಪ್ತಿ ಎಂಬ ಪ್ರಮೇಯವನ್ನು ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಈ ಮಂಗಲ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. (೧)

ವಿವರಣೆ -

'ಸರ್ವಾಣಿ' ಎಂದರೆ ಎಲ್ಲ ಶುಭ ಮತ್ತು ಅಶುಭ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಎಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡುವುದು ಸರಿಯೇ ಎಂಬ ಸಂಶಯ ಬರುವುದು ಸಹಜ. ನಾವು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದನ್ನು ಅನಂತಮಡಿ ಮಾಡಿ ನಮಗೇ ಕರುಣಿಸುವ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಪುಣ್ಯಕರ್ಮವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಅರ್ಪಿಸೋಣ. ಅದು ನಮಗೆ ಅನಂತಪಟ್ಟು ಪುಣ್ಯಕ್ಕೇ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಮಾಡುವ ಎಲ್ಲ ಪಾಪಕರ್ಮಗಳನ್ನೂ ಸಮರ್ಪಿಸಿದರೆ ಅದರಿಂದ ನಮಗೆ

ಪಾಪವೇ ಬರುವುದಿಲ್ಲವೇ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಯೂ ಸಹಜವೇ.

ಇಲ್ಲಿ ಸರ್ವಾಣಿ ಎಂಬ ಶಬ್ದದಿಂದ ಪುಣ್ಯ ಮತ್ತು ಪಾಪ ಕರ್ಮಗಳೆರಡನ್ನೂ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದರೆ ಅವುಗಳ ಸಮರ್ಪಣೆ ಮಾಡಬೇಕಾದರೆ ಅನುಸಂಧಾನ ಮಾತ್ರ ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿರಬೇಕು. ಪುಣ್ಯಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸುವಾಗ, ನಮಗೆ ಪ್ರೇರಕರಾದ ತತ್ವಾಭಿಮಾನಿದೇವತೆಗಳು ಹರಿಯ ಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಅವುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಮಾಡಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ನಾವು ಸ್ವತಂತ್ರರಲ್ಲ ಎಂಬ ಅನುಸಂಧಾನ ದಿಂದ ಎಲ್ಲ ಪುಣ್ಯಕರ್ಮಗಳನ್ನೂ ಕೃತಜ್ಞತಾಭಾವದಿಂದ ಶ್ರೀಹರಿಯಲ್ಲಿ ಸಮರ್ಪಣೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಆದರೆ ನಮ್ಮಿಂದ ಪಾಪಕರ್ಮಗಳು ಘಟಿಸಿದಾಗ ಅವನ್ನೂ ಸಹ ಶ್ರೀಹರಿಯೇ ನಮ್ಮ ಪೂರ್ವಕರ್ಮಾನುಸಾರ ಮಾಡಿಸಿದ್ದಾನೆ, ನಾವು ಸ್ವತಂತ್ರರಲ್ಲ ಎಂಬ ಅರಿವು ಇರಬೇಕು. ಈ ಪಾಪಕರ್ಮಗಳ ಫಲ ವಿಷ್ಣುದ್ವೇಷಿಗಳಾದ ಅಸುರರಿಗೆ ಉಂಟಾಗಲಿ ಮತ್ತು ಪುನಃ ನನ್ನಿಂದ ಇಂಥಹ ಪಾಪಕರ್ಮಗಳು ಮಾಡಿಸಬೇಡವೆಂದು ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು. ನಮಗರಿವಿಲ್ಲದೆ ಸಂಘಟಿಸಿದ ಪಾಪಕರ್ಮವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹೀಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿಬಹುದು. ಆದರೆ ತಿಳಿದೂ ತಿಳಿದೂ ಪಾಪಕರ್ಮ ಮಾಡಿದರೆ ಪರಮಾತ್ಮನು ನಮ್ಮನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಗಿನಿಂದ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವವರೆಗೆ ನಾವು ಮಾಡುವ ಕರ್ಮವನ್ನೆಲ್ಲ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು ಎಂದು ಶ್ರೀಹರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಒಪ್ಪುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಆಚರಿಸಬೇಕಾದ ವಿಹಿತ ಕರ್ಮಗಳು ಯಾವುವು ಎಂಬುದೇ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ ಎನ್ನಬಹುದಲ್ಲವೇ? ಈ ಸಂಶಯವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿ ಸದಾಚಾರದ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಲೆಂದು ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಈ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ರಚಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮೊದಲಿಗೆ ಸುಮಾರು ಹದಿನೈದು ಶ್ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ, ಬೆಳಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಗಿನಿಂದ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವವರೆಗೂ ಒಬ್ಬ ಸಾಧಕನು ಮಾಡಬೇಕಾದ ವಿಹಿತ ಕರ್ಮಗಳು ಯಾವುವು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಅನುಸಂಧಾನ ಹೇಗಿರಬೇಕು ಇತ್ಯಾದಿ ಅವಶ್ಯ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಪ್ರಮಾಣಗಳ ಮೂಲಕ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಸೂತ್ರಪ್ರಾಯವಾಗಿ ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಸ್ಮೃತ್ವಾ ವಿಷ್ಣುಂ ಸಮುತ್ಥಾಯ ಕೃತಶೌಚೋ ಯಥಾವಿಧಿ ।
ಧೌತದಂತಃ ಸಮಾಚಮ್ಯ ಸ್ನಾನಂ ಕುರ್ಯಾದ್ವಿಧಾನತಃ ॥೨॥

ಬೆಳಗ್ಗೆ ಬ್ರಾಹ್ಮೀ ಮುಹೂರ್ತದಲ್ಲಿಯೇ ಹಾಸಿಗೆಯಿಂದ ಮೇಲಕ್ಕೇಳಬೇಕು.

ಸೂರ್ಯೋದಯಕ್ಕಿಂತ ಮೊದಲಿನ ಎರಡು ತಾಸುಗಳ ಸಮಯವೇ ಬ್ರಾಹ್ಮೀ ಮುಹೂರ್ತ. ಇದು ದೇವತೆಗಳ ಕಾಲ. ಎಚ್ಚರವಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ಶ್ರೀಹರಿಯನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತಲೇ ಏಳಬೇಕು. ಎದ್ದು ಕುಳಿತು, ಗಜೇಂದ್ರ ಮೋಕ್ಷ, ದಧಿವಾಮನ ಸ್ತೋತ್ರ ಮೊದಲಾದವನ್ನು ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪಠಿಸಬೇಕು. ಅನಂತರ ಶೌಚವಿಧಿ. ತಲೆಗೆ ವಸ್ತ್ರ ಸುತ್ತಿಕೊಂಡು ಶಾಸ್ತ್ರನಿಷಿದ್ಧವಾದ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಿಗದಿತ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮಲಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜಿಸಬೇಕು. ಮೃತ್ತಿಕಾ ಶೌಚ ಮತ್ತಿತರ ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತ ವಿಧಾನದಿಂದ ದೇಹವನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡು, ವಿಧ್ಯುಕ್ತವಾಗಿ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಉಜ್ಜಿಕೊಂಡು ದುರ್ಗಂಧ ಹೋಗುವವರೆಗೂ ಬಾಯಿಯನ್ನು ಶುದ್ಧವಾದ ನೀರಿನಿಂದ ಪರಿಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಿ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು. ಅನಂತರ ಶ್ರುತಿಸ್ಮೃತಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ಪ್ರಕಾರ ವಿಧಿವತ್ತಾಗಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಬೇಕು. (೨)

ಉದ್ಧೃತೇತಿ ಮೃದಾಽಽಲಿಪ್ಯ ದ್ವಿಷಡಷ್ಟಷಡಕ್ಷರೈಃ ।
ತ್ರಿರ್ನಿಮಜ್ಜ್ಯಾಪ್ಯ ಸೂಕ್ತೇನ ಪ್ರೋಕ್ಷಯಿತ್ವಾ ಪುನಸ್ತಥಾ ॥೩॥
ಮೃದಾಲಿಪ್ಯ ನಿಮಜ್ಯ ತ್ರಿಃ ತ್ರಿರ್ಜಪೇದಘಮರ್ಷಣಮ್ ।
ಸ್ರಷ್ಟಾರಂ ಸರ್ವಲೋಕಾನಾಂ ಸ್ಮೃತ್ವಾ ನಾರಾಯಣಂ ಪರಮ್ ॥೪॥
ಯತಶ್ವಾಸೋ ನಿಮಜ್ಯಾಪ್ಸು ಪ್ರಣವೇನೋತ್ಥಿತಸ್ತತಃ ।
ಸಿಂಚಯೇತ್ ಪುರುಷಸೂಕ್ತೇನ ಸ್ವದೇಹಸ್ಥಂ ಹರಿಂ ಸ್ಮರನ್ ॥೫॥

'ಉದ್ಧೃತಾಸಿ ವರಾಹೇಣ ಕೃಷ್ಣೇನ ಶತಬಾಹುನಾ । ಮೃತ್ತಿಕೇ ಹರ ಮೇ ಪಾಪಂ ಯನ್ಮಯಾ ದುಷ್ಕೃತಂ ಕೃತಮ್ ॥'

ಈ ಮಂತ್ರದಿಂದ ತುಲಸೀ ಮೂಲದ ಮೃತ್ತಿಕೆ ಅಥವಾ ಶುದ್ಧವಾದ ಮಣ್ಣನ್ನು ಶರೀರಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅನಂತರ ವಾಸುದೇವ ದ್ವಾದಶಾಕ್ಷರ, ನಾರಾಯಣ ಅಷ್ಟಾಕ್ಷರ ಮತ್ತು ವಿಷ್ಣು ಷಡಕ್ಷರ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಪಠಿಸುತ್ತ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಮೂರು ಸಲ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗು ಹಾಕಬೇಕು. ಮತ್ತೆ ಆಚಮನ ಮಾಡಿ, **ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾ** ಎಂಬ ಸೂಕ್ತದಿಂದ ದೇಹಕ್ಕೆ ನೀರಿನಿಂದ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪುನಃ ಮೊದಲಿನಂತೆ ಮೃತ್ತಿಕೆಯನ್ನು ಲೇಪಿಸಿಕೊಂಡು, ಶ್ವಾಸ ನಿರೋಧಿಸಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿ ಅಘಮರ್ಷಣ ಸೂಕ್ತಪ್ರತಿಪಾದ್ಯನಾದ ಸರ್ವಲೋಕಸ್ರಷ್ಟಾರನಾದ ಸರ್ವೋತ್ಕೃಷ್ಟನಾದ ನಾರಾಯಣನನ್ನು ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುತ್ತ, ಮೂರು ಸಲ ಅಘಮರ್ಷಣ ಸೂಕ್ತವನ್ನು ಜಪಿಸಬೇಕು. ಅನಂತರ ಪ್ರಣವ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸುತ್ತ ನೀರಿನಿಂದ ಮೇಲೆದ್ದು, ಸ್ವ ದೇಹಸ್ಥನಾದ

ಶ್ರೀಹರಿಯನ್ನು ಸ್ಮರಣೆಮಾಡುತ್ತ ಪುರುಷಸೂಕ್ತದಿಂದ ದೇಹಕ್ಕೆ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅನಂತರ ಶಾಲಿಗ್ರಾಮತೀರ್ಥವನ್ನು ಮೂರು ಸಲ ಪ್ರಾಶನಮಾಡಿ, ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನಿಂತು ಸ್ನಾನಾಂಗ ತರ್ಪಣಾದಿಗಳನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು.(೩, ೪, ೫)

ವಸಿತ್ವಾ ವಾಸ ಆಚಮ್ಯ ಪ್ರೋಕ್ಷ್ಯಾಽಽಚಮ್ಯ ಚ ಮಂತ್ರತಃ ।

ಗಾಯತ್ರ್ಯಾ ಚಾಂಜಲಿಂ ದತ್ವಾ ಧ್ಯಾತ್ವಾ ಸೂರ್ಯಗತಂ ಹರಿಮ್ ॥೬॥

ಮಂತ್ರತಃ ಪರಿವೃತ್ಯಾಥ ಸಮಾಚಮ್ಯ ಸುರಾದಿಕಾನ್ ।

ತರ್ಪಯಿತ್ವಾ ನಿಪೀಡ್ಯಾಥ ವಾಸೋ ವಿಸ್ತೀರ್ಯ ಚಾಂಜಸಾ ॥೭॥

ಸ್ನಾನಾನಂತರ ಶುಭ್ರವಾದ ಮಡಿ ವಸ್ತ್ರವನ್ನು ಧರಿಸಿ, ಆಚಮನ ಮಾಡಿ, ಗೋಪಿ ಚಂದನದಿಂದ ನಾಮ ಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ವಿಧಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸುತ್ತ ದೇಹದ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿ ಧರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅನಂತರ ಆಚಮನ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಸಂಕಲ್ಪಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಪ್ರಾತಃ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು. ಸಂಧ್ಯಾಂಗವಾಗಿ ಸೂರ್ಯಮಂಡಲದ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಶ್ರೀಹರಿಯನ್ನು ಧ್ಯಾನಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಸ್ಮರಿಸಿ, ಗಾಯತ್ರೀಮಂತ್ರದಿಂದ ಮೂರು ಸಲ ಅರ್ಘ್ಯ ಕೊಡಬೇಕು. ಕಾಲಾತೀತವಾಗಿದ್ದರೆ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತವಾಗಿ ಮತ್ತೊಂದು ಅರ್ಘ್ಯವನ್ನು ಕೊಟ್ಟು, ಕೈಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಹಿಡಿದು **ಅಸಾವಾದಿತ್ಯೋ ಬ್ರಹ್ಮ** ಎಂಬ ಮಂತ್ರದಿಂದ ನಿಂತಲ್ಲೇ ಒಂದು ಸುತ್ತು ಬರಬೇಕು. ಅನಂತರ ಯೋಗ್ಯ ಆಸನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಬ್ರಹ್ಮಾದಿ ದೇವತೆಗಳ ಅಂತರ್ಯಾಮಿಯಾದ ಕೇಶವಾದಿ ಭಗವದ್ರೂಪಗಳಿಗೆ ತರ್ಪಣ ಕೊಡಬೇಕು. ಈ ಮೊದಲು ಧರಿಸಿ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದ ಒದ್ದೆಯಾದ ವಸ್ತ್ರವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹಿಂಡಿ ಒಣಹಾಕಬೇಕು ಅಥವಾ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಮಡಿಸಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. (೬, ೭)

ಅರ್ಕಮಂಡಲಗಂ ವಿಷ್ಣುಂ ಧ್ಯಾತ್ವೈವ ತ್ರಿಪದೀಂ ಜಪೇತ್ ।

ಸಹಸ್ರಪರಮಾಂ ದೇವೀಂ ಶತಮಧ್ಯಾಂ ದಶಾವರಾಮ್ ॥೮॥

ಆಸೂರ್ಯದರ್ಶನಾತ್ತಿಷ್ಠೇತ್ತತಸ್ತೂಪವಿಶೇತ ವಾ ।

ಪೂರ್ವಾಂ ಸಂಧ್ಯಾಂ ಸನಕ್ಷತ್ರಾಂ ಉತ್ತರಾಂ ಸದಿವಾಕರಾಮ್ ।

ಉತ್ತರಾಮುಪವಿಶ್ಯೈವ ವಾಗ್ಯತಃ ಸರ್ವದಾ ಜಪೇತ್ ॥೯॥

ಅನಂತರ ಸೂರ್ಯಮಂಡಲ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರ ಪ್ರತಿಪಾದ್ಯ ಗಾಯತ್ರೀನಾಮಕ ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣನನ್ನು **ಧ್ಯೇಯಃ ಸದಾ ಸವಿತೃಮಂಡಲ ಮಧ್ಯವರ್ತೀ** ಎಂಬ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಧ್ಯಾನಿಸಿ, ತ್ರಿಪದೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರವನ್ನು

ಜಪಿಸಬೇಕು. '**ಸಹಸ್ರಪರಮಾಂ ದೇವೀಂ ಶತಮಧ್ಯಾಂ ದಶಾವರಾಂ**' ಎಂದು ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಅಪ್ಪಣೆ ಕೊಡಿಸಿರುವಂತೆ, ಸಹಸ್ರ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಾದರೆ ಉತ್ತಮ, ನೂರು ಮಧ್ಯಮ ಅಥವಾ ಕನಿಷ್ಠವೆಂದರೆ ಹತ್ತು ಸಲವಾದರೂ ಜಪಿಸಬೇಕು. ಸೂರ್ಯನ ದರ್ಶನ ಅಂದರೆ ಸೂರ್ಯೋದಯ ಆಗುವವರೆಗೂ ನಿಂತುಕೊಂಡೇ ಜಪಿಸಬೇಕು. ಅನಂತರ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಜಪ ಮಾಡಬಹುದು. '**ಪೂರ್ವಾಂ ಸಂಧ್ಯಾಂ ಸನಕ್ಷತ್ರಾಂ ಉತ್ತರಾಂ ಸದಿವಾಕರಾಂ**' ಎಂಬ ಉಕ್ತಿಯಂತೆ ಪ್ರಾತಃ ಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಇನ್ನೂ ನಕ್ಷತ್ರಗಳು ಕಾಣಿಸುತ್ತಿರುವಾಗಲೇ ಅಂದರೆ ಸೂರ್ಯೋದಯಕ್ಕೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಮಾಡಬೇಕು. ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಸೂರ್ಯ ಮುಳುಗುವ ಮುನ್ನವೇ ಮಾಡಬೇಕು. ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ ಮಾಡುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಲೋಕವಾರ್ತೆ ಆಡಬಾರದು. ಮೌನವನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು. (೮, ೯)

ಧ್ಯೇಯಃ ಸದಾ ಸವಿತೃಮಂಡಲಮಧ್ಯವರ್ತೀ
ನಾರಾಯಣಃ ಸರಸಿಜಾಸನಸನ್ನಿವಿಷ್ಟಃ ।
ಕೇಯೂರವಾನ್ ಮಕರಕುಂಡಲವಾನ್ ಕಿರೀಟೀ
ಹಾರೀ ಹಿರಣ್ಮಯವಪುರ್ಧೃತಶಂಖಚಕ್ರಃ ॥೧೦॥

ಸೂರ್ಯಮಂಡಲದ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ನಾರಾಯಣನನ್ನು ಸದಾ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು. ಕೇಯೂರ, ಮಕರಕುಂಡಲ, ಹಾರ ಕಿರೀಟಾದಿಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿರುವ, ಬಂಗಾರದಂತೆ ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಮೈಕಾಂತಿಯಿಂದ ಶೋಭಿಸುತ್ತ ಪದ್ಮಾಸನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿರುವ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಆ ನಾರಾಯಣ ಮೂರ್ತಿಯನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಗಾಯತ್ರ್ಯಾಸ್ತ್ರಿಗುಣಂ ವಿಷ್ಣುಂ ಧ್ಯಾಯನ್ನಷ್ಟಾಕ್ಷರಂ ಜಪೇತ್ ।
ಪ್ರಣಮ್ಯ ದೇವಾನ್ವಿಪ್ರಾಂಶ್ಚ ಗುರೂಂಶ್ಚ ಹರಿಪಾರ್ಷದಾನ್ ॥೧೧॥
ಏವಂ ಸರ್ವೋತ್ತಮಂ ವಿಷ್ಣುಂ ಧ್ಯಾಯನ್ನೇವಾರ್ಚಯೇದ್ಧರಿಮ್
ಧ್ಯಾನಪ್ರವಚನಾಭ್ಯಾಂ ಚ ಯಥಾಯೋಗ್ಯಮುಪಾಸನಮ್ ॥೧೨॥

ಗಾಯತ್ರೀಜಪ ಮುಗಿದಮೇಲೆ, ''**ಉದ್ಯದ್ ಭಾಸ್ವತ್ ಸಮಾಭಾಸಃ**'' ಎಂಬ ಧ್ಯಾನಶ್ಲೋಕದಿಂದ ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣನನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸಿ, ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪಸಂಖ್ಯೆಯ ಮೂರು ಪಟ್ಟು ನಾರಾಯಣಾಷ್ಟಾಕ್ಷರ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರ ಗಾಯತ್ರೀಜಪವು ಸಂಪೂರ್ಣ ಫಲದಾಯಕ.

ಅನಂತರ ಬ್ರಹ್ಮಾದಿದೇವತೆಗಳು, ದಿಗ್ದೇವತೆಗಳು, ಗುರು ಹಿರಿಯರು ಮತ್ತು

ತಂದೆತಾಯಿಗಳಿಗೆ ನಮಸ್ಕರಿಸಿ, ವಿಧಿಪೂರ್ವಕ ಉಪಸ್ಥಾನವನ್ನು ಆಚರಿಸಿ, **ಯಸ್ಯಸ್ಮೃತ್ಯಾಚ** ಎಂಬ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಶ್ರೀಹರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಬೇಕು. ಸರ್ವೋತ್ತಮನಾದ ನಾರಾಯಣನನ್ನು ಸರ್ವತ್ರ ಸ್ಮರಿಸುತ್ತ ಶ್ರದ್ಧಾಭಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಪೂಜಿಸಿ, ಧ್ಯಾನ ಪ್ರವಚನಾದಿಗಳಿಂದ ಶಕ್ತ್ಯಾನುಸಾರ ಶ್ರೀಹರಿಯ ಉಪಾಸನೆ ಮಾಡಬೇಕು. (೧೧, ೧೨)

ಧರ್ಮೇಣೇಜ್ಯಾಸಾಧನಾನಿ ಸಾಧಯಿತ್ವಾ ವಿಧಾನತಃ ।

ಸ್ನಾತ್ವಾ ಸಂಪೂಜಯೇದ್ವಿಷ್ಣುಂ ವೇದತಂತ್ರೋಕ್ತಮಾರ್ಗತಃ ।

ವೈಶ್ವದೇವಂ ಬಲಿಂ ಚೈವ ಕುರ್ಯಾನ್ನಿತ್ಯಂ ತದರ್ಪಣಮ್ ॥೧೩॥

ಇಷ್ಟಂ ದತ್ತಂ ಹುತಂ ಜಪ್ತಂ ಪೂರ್ತಂ ಯಚ್ಚಾತ್ಮನಃ ಪ್ರಿಯಂ ।

ದಾರಾನ್ಸುತಾನ್ ಪ್ರಿಯಾನ್ಪ್ರಾಣಾನ್ ಪರಸ್ಮೈ ಸನ್ನಿವೇದಯೇತ್ ॥೧೪॥

ದೇವರ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಬಹಳ ಶುದ್ಧವಾದ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಂದ ಮಾಡಬೇಕಾದ್ದು ಅವಶ್ಯಕ. **ಧರ್ಮೇಣೇಜ್ಯಾ ಸಾಧನಾನಿ ಸಾಧಯಿತ್ವಾ ವಿಧಾನತಃ** ಎಂಬಿತ್ಯಾದಿ ಎರಡು ಶ್ಲೋಕಗಳಿಂದ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಇದೇ ವಿಷಯವನ್ನೇ ಇಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ದೇವರ ಪೂಜೆಗೆ ಬೇಕಾದ ಹೂವು, ಹಣ್ಣು, ಧನಧಾನ್ಯಾದಿ ಅಗತ್ಯ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಅವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಪಾದಿಸಿ, ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಸ್ನಾನ ಸಂಧ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ವಿಧಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮಾಡಿ, ವೇದ, ಪಂಚರಾತ್ರ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಸಾರೋಕ್ತ ವಿಧಾನದಿಂದ ಪುರುಷಸೂಕ್ತಾದಿಗಳನ್ನು ಪಠಿಸುತ್ತ ಶ್ರದ್ಧಾ ಭಕ್ತಿಗಳಿಂದ ವಿಷ್ಣುವನ್ನು ಷೋಡಶೋಪಚಾರಗಳಿಂದ ಪೂಜಿಸಬೇಕು. ಪ್ರತಿನಿತ್ಯವೂ ದೇವಪೂಜಾನಂತರ ವೈಶ್ವದೇವ ಬಲಿಹರಣಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಶ್ರೀಹರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಬೇಕು. ತಾನು ಮಾಡಿದ ದಾನ, ಜಪ, ಯಜ್ಞಯಾಗಾದಿಗಳು, ಕೆರೆಕಟ್ಟೆಗಳ ನಿರ್ಮಾಣ ಹಾಗೂ ತನಗೆ ಪ್ರಿಯವಾದ ಸಂಪತ್ತು, ಭೋಜ್ಯಪದಾರ್ಥಗಳು, ಹೆಂಡತಿ, ಮಕ್ಕಳು, ಆತ್ಮೀಯರು, ಪ್ರಾಣ, ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದ ನಡೆಯುವ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನೂ ''ಸ್ವಾಮಿ ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಿನ್ನ ಅಧೀನ, ನಿನ್ನಿಂದಲೇ ಇವುಗಳು ನನಗೆ ಪ್ರಿಯವೆನಿಸಿವೆ, ನಾನು ನಿನ್ನ ದಾಸ'' ಎಂಬ ನಮ್ರತಾ ಭಾವದಿಂದ ಶ್ರೀಹರಿಗೆ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಸಮರ್ಪಿಸಿ ನಮಸ್ಕರಿಸಬೇಕು. (೧೩, ೧೪)

ಭುಕ್ತಶೇಷಂ ಭಗವತೋ ಭೃತ್ಯಾತಿಥಿಪುರಸ್ಸರಃ ।

ಭುಂಜೀತ ಹೃದ್ಗತಂ ವಿಷ್ಣುಂ ಸ್ಮರಂಸ್ತದ್ಗತಮಾನಸಃ ।

ಆಚಮ್ಯ ಮೂಲಮಂತ್ರೇಣ ಕೋಷ್ಠಂ ಸ್ವಮಭಿಮಂತ್ರಯೇತ್ ||೧೫||

ಭಗವತ್ಪೂಜಾನಂತರದಲ್ಲಿ ತೀರ್ಥಪ್ರಾಶನಮಾಡಿ, ಗಂಧಾಕ್ಷತೆ ಅಂಗಾರ ಶೇಷಗಳನ್ನು ವಿಧಿಪೂರ್ವಕ ಧರಿಸಿಕೊಂಡು ಬ್ರಾಹ್ಮಣರು, ಅತಿಥಿಗಳು ಹಾಗೂ ಭೃತ್ಯರಿಂದ ಕೂಡಿಕೊಂಡು, ಹೃದ್ಗತನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತ ಅವನಲ್ಲೇ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಧಾರಣಮಾಡಿ, ''ಸ್ವಾಮಿ ಇದು ನಿನ್ನ ಪ್ರಸಾದ'' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತ, ಗೋವಿಂದ ನಾಮಸ್ಮರಣೆಯೊಂದಿಗೆ ನೈವೇದ್ಯಶೇಷವನ್ನು ಭುಂಜಿಸಬೇಕು. ಅನಂತರ ಕೈತೊಳೆದುಕೊಂಡು ಆಚಮನಮಾಡಿ ಮೂಲ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಉದರವನ್ನು ಅಭಿಮಂತ್ರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. (೧೫)

ವೇದಶಾಸ್ತ್ರವಿನೋದೇನ ಪ್ರೀಣಯನ್ ಪುರುಷೋತ್ತಮಂ |

ಅಹಃಶೇಷಂ ನಯೇತ್ಸಂಧ್ಯಾಮುಪಾಸೀತಾಥ ಪೂರ್ವವತ್ ||೧೬||

ಊಟವಾದಮೇಲೆ ಸಾಯಂಕಾಲದ ಸಂಧ್ಯಾಸಮಯದವರೆಗೆ ವೇದಾದಿ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳ ಅಧ್ಯಯನ ಅಧ್ಯಾಪನಗಳಿಂದ ಪುರುಷೋತ್ತಮನನ್ನು ಸಂತೋಷ ಪಡಿಸಬೇಕು. ಸಾಯಂಕಾಲದ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಇನ್ನೂ ಸೂರ್ಯ ಇರುವಾಗಲೇ ಸಾಯಂಸಂಧ್ಯಾವನ್ನು ಹಿಂದೆ ಹೇಳಿರುವಂತೆ ವಿಧಿಪೂರ್ವಕ ಆಚರಿಸಬೇಕು. (೧೬)

ಯಾಮಾತ್ ಪರತ ಏವಾಥ ಸ್ವಪೇದ್ ಧ್ಯಾಯನ್ ಜನಾರ್ದನಂ |

ಅಂತರಾಲೇ ತತೋ ಬುಧ್ವಾ ಸ್ಮರೇತ ಬಹುಶೋ ಹರಿಮ್ ||೧೭||

ರಾತ್ರಿಯ ಮೊದಲ ಯಾಮವನ್ನು (ಸೂರ್ಯಾಸ್ತದಿಂದ ಮೂರು ಗಂಟೆಗಳ ಸಮಯ) ಪಾಠ ಪ್ರವಚನ ಕೀರ್ತನಾದಿಗಳಿಂದ ಯೋಗ್ಯವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಳೆದು, ಅನಂತರ ಶ್ರೀಹರಿಯ ಕಾರುಣ್ಯವನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತ ಮಲಗಬೇಕು. ನಿದ್ರಾಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯೆ ಎಚ್ಚರವಾದಾಗಲೆಲ್ಲ ಶ್ರೀಹರಿಯನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು. (೧೭)

ಕಾಯೇನ ವಾಚಾ ಮನಸೇಂದ್ರಿಯೈರ್ವಾ

ಬುಧ್ಯಾಽಽತ್ಮನಾ ವಾಽನುಸೃತಃ ಸ್ವಭಾವಂ |

ಕರೋತಿ ಯದ್ಯತ್ಸಕಲಂ ಪರಸ್ಮೈ

ನಾರಾಯಣಾಯೇತಿ ಸಮರ್ಪಯೇತ್ತತ್ ||೧೮||

ಇದುವರೆಗೆ ವಿವರಿಸಿರುವಂತೆ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಗಿನಿಂದ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವವರೆಗೆ ದೇಹ ಮನಸ್ಸು ವಾಗಿಂದ್ರಿಯ ಮೊದಲಾದವುಗಳಿಂದ ತನ್ನಿಂದ ಹರಿಸ್ಮರಣ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ ಎಲ್ಲ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ತನ್ನ ಯೋಗ್ಯತೆ ಹಾಗೂ ಸ್ವಭಾವಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ

“ಶ್ರೀಹರಿಯು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಯಾಮಿಯಾಗಿ ನೆಲೆಸಿ ನನ್ನಿಂದ ಮಾಡಿಸಿದ್ದಾನೆ” ಎಂಬ ಕೃತಜ್ಞತಾಭಾವದಿಂದ ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಶ್ರೀಹರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಬೇಕು. (೧೮)

ಶ್ರೀಹರಿಯೇ ಸರ್ವೋತ್ತಮ, ಸರ್ವತಂತ್ರಸ್ವತಂತ್ರ, ರಮಾದಿ ಎಲ್ಲರೂ ಅವನ ಅಧೀನ. ಅವನ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥವಾಗಿ ಅವನು ಹೇಳಿರುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನನುಸರಿಸಿ ಶ್ರದ್ಧಾ ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಸ್ವವಿಹಿತ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸಬೇಕು. ಇದೇ ಸದಾಚಾರ. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದೇ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕರ್ಮ. ಇದರಿಂದಲೇ ಜ್ಞಾನಪ್ರಾಪ್ತಿ. ಪರಮಾತ್ಮನ ಪರಮ ಪ್ರಸಾದವಾದ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಲು ಇದೇ ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗ. ಶ್ರೀವಿಷ್ಣುವನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಸ್ಮರಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು. ಎಂದಿಗೂ ಮರೆಯಬಾರದು. ಹರಿಸ್ಮರಣೆಯನ್ನು ಸರ್ವದಾ ಜಾಗೃತವಾಗಿರಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿಯೇ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳು ವಿಧಿನಿಷೇಧಗಳನ್ನು ಉಪದೇಶಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಪುಷ್ಟೀಕರಿಸಲು ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಶ್ರೀಮದ್ ಭಗವದ್ಗೀತ ಮೊದಲಾದ ಪ್ರಮಾಣ ಗ್ರಂಥಗಳ **ದ್ವಾವಿಮೌ ಪುರುಷೌ ಲೋಕೇ** ಇತ್ಯಾದಿ ವಾಕ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂವಾದಿಯಾಗಿ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ.

ದ್ವಾವಿಮೌ ಪುರುಷೌ ಲೋಕೇ ಕ್ಷರಶ್ಚಾಕ್ಷರ ಏವ ಚ ।
ಕ್ಷರಃ ಸರ್ವಾಣಿ ಭೂತಾನಿ ಕೂಟಸ್ಥೋಽಕ್ಷರ ಉಚ್ಯತೇ ॥೧೯॥
ಉತ್ತಮಃ ಪುರುಷಸ್ತ್ವನ್ಯಃ ಪರಮಾತ್ಮೇತ್ಯುದಾಹೃತಃ ।
ಯೋ ಲೋಕತ್ರಯಮಾವಿಶ್ಯ ಬಿಭರ್ತ್ಯವ್ಯಯ ಈಶ್ವರಃ ॥೨೦॥
ಯಸ್ಮಾತ್ಕ್ಷರಮತೀತೋಽಹಮಕ್ಷರಾದಪಿ ಚೋತ್ತಮಃ ।
ಅತೋಽಸ್ಮಿ ಲೋಕೇ ವೇದೇ ಚ ಪ್ರಥಿತಃ ಪುರುಷೋತ್ತಮಃ ॥೨೧॥
ಯೋ ಮಾಮೇವಮಸಂಮೂಢೋ ಜಾನಾತಿ ಪುರುಷೋತ್ತಮಂ ।
ಸ ಸರ್ವವಿದ್ ಭಜತಿ ಮಾಂ ಸರ್ವಭಾವೇನ ಭಾರತ ॥೨೨॥
ಇತಿ ಗುಹ್ಯತಮಂ ಶಾಸ್ತ್ರಮಿದಮುಕ್ತಂ ಮಯಾಽನಘ ।
ಏತದ್ಬುಧ್ವಾ ಬುದ್ಧಿಮಾನ್ ಸ್ಯಾತ್ಕೃತಕೃತ್ಯಶ್ಚ ಭಾರತ ॥೨೩॥

ಈ ಪ್ರಮಾಣ ವಾಕ್ಯಗಳ ಭಾವವನ್ನು ಕೆಳಗಿನಂತೆ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಹೇಳಬಹುದು. ಪರಮಾತ್ಮನಿಂದ ನಿರ್ಮಿತವಾದ ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಕ್ಷರ ಮತ್ತು ಅಕ್ಷರ ಎಂಬ ಎರಡು ರೀತಿಯ ಚೇತನ ಪದಾರ್ಥಗಳಿವೆ. ಸದಾ ನಿರ್ವಿಕಾರಳಾದ ಹಾಗೂ ನಾಶ ರಹಿತ ಶರೀರವುಳ್ಳ ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಒಬ್ಬಳೇ ಅಕ್ಷರ ಚೇತನ. ಬ್ರಹ್ಮಾದಿ ಸಕಲರೂ ನಾಶವಾಗುವ ಶರೀರವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದರಿಂದ ಕ್ಷರ ಚೇತನರು ಎನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇವೆರಡು

ರೀತಿಯ ಚೇತನ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನನಾದ ಹಾಗೂ ಇವರಿಗಿಂತ ಉತ್ತಮನಾದ ಪರಮ ಚೇತನ ಪುರುಷನೇ ಪರಮಾತ್ಮ. ಅವನು ಮೂರು ಲೋಕಗಳಲ್ಲೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿದ್ದು ಅವುಗಳನ್ನು ಧಾರಣ ಪೋಷಣ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಇದು ಅವನ ಅಂಚಿತ್ಯಾದ್ಭುತ ಐಶ್ವರ್ಯದ ದ್ಯೋತಕ. ಸರ್ವೋತ್ತಮನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಯಾವಾತನು ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿಯುತ್ತಾನೋ ಅವನೇ ಸರ್ವಜ್ಞ. ಅಂಥವನು ಮಾತ್ರ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯಿಂದಲೂ ಎಲ್ಲ ಕಾಲದಲ್ಲಿಯೂ ಯಥಾರ್ಥವಾದ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಶ್ರೀಹರಿಯ ಉಪಾಸನೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾಡಬಲ್ಲನು. ಅತ್ಯಂತ ರಹಸ್ಯವಾದ ಈ ಪ್ರಮೇಯವನ್ನು ಅರಿತವನು ಶ್ರೀಹರಿಯ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ ಅಪರೋಕ್ಷಜ್ಞಾನ ಗಳಿಸಿ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾದ ಸ್ವರೂಪಸುಖವನ್ನು ಅಂದರೆ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ. (೧೯ - ೨೩)

ರುದ್ರಂ ಸಮಾಶ್ರಿತಾ ದೇವಾ ರುದ್ರೋ ಬ್ರಹ್ಮಾಣಮಾಶ್ರಿತಃ ।

ಬ್ರಹ್ಮಾ ಮಾಮಾಶ್ರಿತೋ ನಿತ್ಯಂ ನಾಹಂ ಕಂಚಿದುಪಾಶ್ರಿತಃ ॥೨೪॥

ಹರಿ ಸರ್ವೋತ್ತಮತ್ವವನ್ನು ತಾರತಮ್ಯಜ್ಞಾನದೊಂದಿಗೆ ತಿಳಿವುದು ಅತ್ಯವಶ್ಯಕ. ಇಂದ್ರಾದಿ ದೇವತೆಗಳು ರುದ್ರದೇವರನ್ನು ಸರ್ವಥಾ ಆಶ್ರಯಿಸಿದ್ದಾರೆ. ದೇವರ್ಷಾದಿಗಳು ಇಂದ್ರಾದಿ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದಾಗಿ ಗ್ರಂಥಾಂತರದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವುದನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಸ್ಮರಿಸಬಹುದು. ರುದ್ರದೇವರು ಚತುರ್ಮುಖ ಬ್ರಹ್ಮನನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿದ್ದರೆ, ಬ್ರಹ್ಮದೇವರು ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿಯನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಲಕ್ಷ್ಮೀದೇವಿಯು ಸದಾ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿರುವಳು. ಆದರೆ ಪರಮಾತ್ಮನು ಯಾರನ್ನೂ ಆಶ್ರಯಿಸಿಲ್ಲ. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಹರಿಯ ಸರ್ವೋತ್ಕೃಷ್ಟತೆಯನ್ನು ಅರಿಯುವುದೇ ಯಥಾರ್ಥವಾದ ಜ್ಞಾನ. (೨೪)

ಯೇ ಮೇ ಮತಮಿದಂ ನಿತ್ಯಮನುತಿಷ್ಠಂತಿ ಮಾನವಾಃ ।

ಶ್ರದ್ಧಾವಂತೋಽನಸೂಯಂತೋ ಮುಚ್ಯಂತೇ ತೇಽಪಿ ಕರ್ಮಭಿಃ ॥೨೫॥

ಯೇ ತ್ವೇತದಭ್ಯಸೂಯಂತೋ ನಾನುತಿಷ್ಠಂತಿ ಮೇ ಮಂತಂ ।

ಸರ್ವಜ್ಞಾನವಿಮೂಢಾಂಸ್ತಾನ್ ವಿದ್ಧಿ ನಷ್ಟಾನಚೇತಸಃ ॥೨೬॥

ಶ್ರೀಮದ್ಭಗವದ್ಗೀತೆ ಭಾಗವತಾದಿ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವಯಂ ಪರಮಾತ್ಮನೇ ಉಪದೇಶಿಸಿರುವ ತಾರತಮ್ಯಪೂರ್ವಕ ಸರ್ವೋತ್ತಮತ್ವವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಅವನು ಹೇಳಿರುವಂತೆ ಶ್ರದ್ಧಾಭಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಅಸೂಯಾದಿ

ದೋಷಗಳಿಂದ ರಹಿತರಾಗಿ ನಿಷ್ಕಾಮನೆಯಿಂದ ಯಾರು ಕರ್ಮ ಮಾಡುತ್ತಾರೋ ಅಂಥವರು ಕರ್ಮಬಂಧನದಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಿ ಮುಕ್ತರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ವಿಪರೀತವಾಗಿ, ಅಸೂಯಾದಿ ದೋಷವಂತರಾಗಿ ಶ್ರೀಹರಿಯ ಉಪದೇಶದಿಂದ ವಿಮುಖರಾಗಿ, ತಮಗೆ ತೋಚಿದ್ದೇ ಸರಿ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯಿಂದ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುವವರು ಜ್ಞಾನಭ್ರಷ್ಟರಾಗಿ ಮಿಥ್ಯಾಜ್ಞಾನ ಹೊಂದಿದವರಾಗಿ ನರಕಾದಿ ಅನರ್ಥಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತಾರೆ. (೨೫, ೨೬)

ಶ್ರೀಮದ್ಭಗವದ್ಗೀತಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ಹೇಳಿದ್ದರೂ ಅನೇಕರು ಮಿಥ್ಯಾಜ್ಞಾನವನ್ನೇ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಹರಿಯ ದ್ವೇಷದಲ್ಲಿಯೇ ಚಿತ್ತವಿಟ್ಟು ಸರ್ವಾತ್ಮನಾ ಹಾಳಾಗುವುದೇಕೆ ಎಂದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರವೇ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಮಾಣ ವಾಕ್ಯಗಳು -

ದ್ವೌ ಭೂತಸರ್ಗೌ ಲೋಕೇಽಸ್ಮಿನ್ ದೈವ ಆಸುರ ಏವ ಚ ।

ವಿಷ್ಣುಭಕ್ತಿಪರೋ ದೈವಃ ವಿಪರೀತಸ್ತಥಾಽಸುರಃ ॥೨೭॥

ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಮುಕ್ತಿಯೋಗ್ಯರಾದ ದೈವೀಗುಣವುಳ್ಳವರು ಮತ್ತು ಮುಕ್ತಿಗೆ ಅಯೋಗ್ಯರಾದ ಅಸುರರು ಎಂಬುದಾಗಿ ಎರಡು ರೀತಿಯ ಜೀವರಿದ್ದಾರೆ. ಸ್ವಭಾವತಃ ವಿಷ್ಣುಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರೇ ದೈವ ಶಬ್ದವಾಚ್ಯರು. ಅಸುರರು ಸ್ವಭಾವತಃ ವಿಷ್ಣುದ್ವೇಷಿಗಳಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ವಿಷ್ಣುಭಕ್ತರು ಸದಾ ಯಥಾರ್ಥ ಜ್ಞಾನವನ್ನೂ, ವಿಷ್ಣುದ್ವೇಷಿಗಳು ಸದಾ ಮಿಥ್ಯಾಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. (೨೭)

ಸ್ಮರ್ತವ್ಯಃ ಸತತಂ ವಿಷ್ಣುಃ ವಿಸ್ಮರ್ತವ್ಯೋ ನ ಜಾತುಚಿತ್ ।

ಸರ್ವೇ ವಿಧಿನಿಷೇಧಾಸ್ಸ್ಯುಃ ಏತಯೋರೇವ ಕಿಂಕರಾಃ ॥೨೮॥

ಸದಾಕಾಲವೂ ವಿಷ್ಣುವನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಲೇಬೇಕು. ಯಾವ ಕ್ಷಣದಲ್ಲೂ ವಿಸ್ಮರಣೆ ಕೂಡದು. ಶಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ಎಲ್ಲ ವಿಧಿಗಳೂ ವಿಷ್ಣುಸ್ಮರಣೆಗೆ ಪೂರಕವಾಗಿದ್ದರೆ, ನಿಷೇಧವೆಲ್ಲವೂ ವಿಷ್ಣುವಿನಲ್ಲಿ ವಿಸ್ಮರಣೆ ಹುಟ್ಟಿಸುತ್ತವೆ. ಹರಿಸ್ಮರಣೆಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗುವ ಕಾರ್ಯಗಳೇ ವಿಹಿತ ಮತ್ತು ಫಲಪ್ರದ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಾಧಕರು ಸದಾ ಶಾಸ್ತ್ರವಿಧಿಗೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿಯೇ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡತಕ್ಕದ್ದು ಮತ್ತು ಶಾಸ್ತ್ರವು ನಿಷೇಧಿಸಿರುವ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಸರ್ವಥಾ ತ್ಯಜಿಸತಕ್ಕದ್ದು ಎಂಬ ವಿಷಯವನ್ನು ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಇಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. (೨೮)

ಧರ್ಮೋ ಭವತ್ಯಧರ್ಮೋಽಪಿ ಕೃತೋ ಭಕ್ತೈಸ್ತವಾಚ್ಯುತ ।

ಪಾಪಂ ಭವತಿ ಧರ್ಮೋಽಪಿ ಯೋ ನ ಭಕ್ತೈಃ ಕೃತೋ ಹರೇ ॥೨೯॥

ಹರಿಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿಯೇ ಕರ್ಮವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಶ್ರೀಹರಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಭಕ್ತಿಯಿಲ್ಲದೆ ನಾವು ಎಷ್ಟೇ ವಿಹಿತಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೂ ಅವೆಲ್ಲವೂ ನಿಷ್ಫಲ. ಮೇಲ್ನೋಟಕ್ಕೆ ಅಧರ್ಮವೆಂದು ತೋರುವ ಕರ್ಮ ಹರಿಭಕ್ತರಿಂದ ಆಚರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಾಗ ಅದು ಧರ್ಮಕಾರ್ಯವೆಂದೇ ಪರಿಗಣಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಹರಿದ್ವೇಷಿಗಳು ಮಾಡಿದ ಧರ್ಮಕಾರ್ಯಗಳೂ ಪಾಪಕರ್ಮಗಳೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಮಾಡುವ ಕರ್ಮಗಳಿಗೆ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಾಗಿ ಹರಿಭಕ್ತಿಯು ಇರಲೇಬೇಕು. (೧೯)

ಮುಮುಕ್ಷುಗಳು ಹರಿಭಕ್ತ್ಯಾದಿಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದವರಾಗಿಯೇ ವಿಹಿತ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಮಾಣವಾಗಿ **ಮನ್ಮನಾಭವ** ಇತ್ಯಾದಿ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಬಂದಿರುವ ಕೃಷ್ಣನ ವಾಕ್ಯವನ್ನೇ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಇಲ್ಲಿ ಉದಾಹರಿಸುತ್ತಾರೆ -

ಮನ್ಮನಾ ಭವ ಮದ್ಭಕ್ತೋ ಮದ್ಯಾಜೀ ಮಾಂ ನಮಸ್ಕುರು ।

ನಿತ್ಯಂ ಭವೇಚ್ಚ ಮನ್ನಿಷ್ಠೋ ಬುಭೂಷುಃ ಪುರುಷಸ್ತತಃ ॥೨೦॥

ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿ ಎಂಬ ಈ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಇಲ್ಲೀವರೆಗೂ ಉಪದೇಶಿಸಿರುವ ಸದಾಚಾರದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಯಾರು ಎಂಬುದನ್ನು ಮುಂದಿನ ಮೂರು ಶ್ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ -

ಏಷ ನಿತ್ಯಃ ಸದಾಚಾರೋ ಗೃಹಿಣೋ ವನಿನಸ್ತಥಾ ।

ವೈಶ್ವದೇವಂ ಬಲಿಂ ದಂತಧಾವನಂ ಚಾಪ್ಯೃತೇ ವಟೋಃ ॥೨೧॥

ಏವಮೇವ ಯತೇಃ ಸ್ವೀಯವಿತ್ತೇನ ತು ವಿನಾ ಸದಾ ।

ಮೂಲಮಂತ್ರೈಃ ಸದಾ ಸ್ನಾನಂ ವಿಷ್ಣೋರೇವ ಚ ತರ್ಪಣಂ ॥೨೨॥

ವಿಶೇಷೋ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಯತೇರಜಲಾಂಜಲಿತಾ ತಥಾ ।

ತರ್ಪಣಂ ತು ಹರೇರೇವ ಯತೇರನ್ಯಸ್ಯ ಚೋದಿತಮ್ ।

ಸಮಿದ್ಧೋಮೋ ವಟೋಶ್ಚೈವ ಸ್ಮೃತ್ವಾ ವಿಷ್ಣುಂ ಹುತಾಶನೇ ॥೨೩॥

ಗೃಹಸ್ಥರಿಗೆ ಹಾಗೂ ವಾನಪ್ರಸ್ಥರು ನಿತ್ಯದಲ್ಲೂ ಇಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ ನಡೆಯುವುದೇ ಸದಾಚಾರವು. ಆದರೆ ವಟುಗಳಿಗೆ ವೈಶ್ವದೇವ, ಬಲಿಹರಣ ಹಾಗೂ ದಂತಧಾವನಗಳು ನಿಷಿದ್ಧ. ಇಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ಸದಾಚಾರಗಳೇ ಯತಿಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಸಂನ್ಯಾಸಿಗಳಿಗೆ ದ್ರವ್ಯಾದಿಗಳ ಸ್ವತಃ ಸಂಪಾದನೆ ನಿಷಿದ್ಧವಾದ್ದರಿಂದ ಶ್ರೀಹರಿಯ ಸೇವೆಗಾಗಿ ದ್ರವ್ಯಸಂಪಾದನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗದೆ ಕೇವಲ ಅಯಾಚಿತ ವೃತ್ತಿಯಿಂದ ತತ್ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಲಭಿಸುವ ವಿಹಿತ ದ್ರವ್ಯಗಳಿಂದ ಪೂಜಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಯಾವಾಗಲೂ ಮೂಲಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಸ್ನಾನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ವಿಷ್ಣುವಿಗೆ ಮಾತ್ರ ತರ್ಪಣವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು. ಇದು ಪರಮಹಂಸ ಸಂನ್ಯಾಸಿಗಳಿಗೆ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಷ್ಕ್ರಿಯ ಯತಿಗಳು ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞ ಮತ್ತು ತದಂಗ ತರ್ಪಣಗಳನ್ನು ಕೊಡುವಂತಿಲ್ಲ. ಅಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ವಿಷ್ಣುವನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತ ಮಾಡುವ ಸಮಿದ್ಧೋಮ ಅಥವಾ ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯವು ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಗಳಿಗೆ ವಿಶೇಷ. (೩೧ - ೩೩)

ಸರ್ವವರ್ಣಾಶ್ರಮೈರ್ವಿಷ್ಣುರೇಕ ಏವೇಜ್ಯತೇ ಸದಾ ।

ರಮಾಬ್ರಹ್ಮಾದಯಸ್ತಸ್ಯ ಪರಿವಾರತಯೈವ ತು ।।೩೪।।

ಎಲ್ಲ ವರ್ಣದವರೂ ಮತ್ತು ಆಶ್ರಮದವರೂ ಯಾವಾಗಲೂ ವಿಷ್ಣುವೊಬ್ಬನನ್ನೇ ಸರ್ವೋತ್ಕೃಷ್ಟ ದೇವತೆಯೆಂದೂ, ರಮಾಬ್ರಹ್ಮಾದಿ ಎಲ್ಲ ದೇವತೆಗಳನ್ನೂ ವಿಷ್ಣುವಿನ ಪರಿವಾರಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಅಸ್ವತಂತ್ರ ದೇವತೆಗಳೆಂದೂ ಪೂಜಿಸಬೇಕು. (೩೪)

ಎಲ್ಲರೂ ಸದಾ ವಿಷ್ಣುಸ್ಮರಣಪೂರ್ವಕವಾಗಿಯೇ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡತಕ್ಕದ್ದು ಎಂಬ ಪ್ರಮೇಯಕ್ಕೆ ಸಹಕಾರಿಯಾದ ವಿಷ್ಣುವಿನ ಗುಣ ವಿಶೇಷಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುವ ಶ್ರುತಿ ಸ್ಮೃತಿ ವಾಕ್ಯಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಈ ಗ್ರಂಥಕ್ಕೆ ಉಪಸಂಹಾರ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ -

ಕವಿಂ ಪುರಾಣಮನುಶಾಸಿತಾರಮಣೋರಣೀಯಾಂಸಮನುಸ್ಮರೇಧ್ಯಃ ।

ಸರ್ವಸ್ಯ ಧಾತಾರಮಚಿಂತ್ಯರೂಪಂ ಆದಿತ್ಯವರ್ಣಂ ತಮಸಃ ಪರಸ್ತಾತ್ ।।

ಶ್ರೀಹರಿಯು ಸರ್ವಜ್ಞ, ಅನಾದಿ, ಸರ್ವರಿಗೂ ಶಿಕ್ಷಕ, ಎಲ್ಲರ ಪೋಷಣಕರ್ತ, ಅಣುವಿಗಿಂತ ಅಣುವಾದ್ದರಿಂದ ಮಾತು ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸುಗಳಿಗೆ ಅಗೋಚರನೂ, ಉದಯಿಸುತ್ತಿರುವ ಸೂರ್ಯನಂತೆ ಹೊಂಬಣ್ಣವುಳ್ಳವನೂ, ಅಜ್ಞಾನ ಮೃತ್ಯು ಪ್ರಕೃತಿಗಳಿಂದ ಬಂಧ ಮತ್ತು ಬಾಧವಿಲ್ಲವದವನೂ (ಅಂದರೆ ಇವನ್ನು ಮೀರಿದವನೂ) ಆಗಿರುವ ಶ್ರೀಹರಿಯನ್ನು ಯಾವನು ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೋ ಅವನೇ ನಿಜವಾದ ವಿಷ್ಣುಭಕ್ತ ಮತ್ತು ಅಂಥಹ ಭಕ್ತನು ಮಾತ್ರ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಹೊಂದುವನು. (೩೫)

ವೇದಾಹಮೇತಂ ಪುರುಷಂಮಹಾಂತಂ ಆದಿತ್ಯವರ್ಣಂ ತಮಸಸ್ತು ಪಾರೇ।

ಸರ್ವಾಣಿರೂಪಾಣಿ ವಿಚಿಂತ್ಯ ಧೀರೋ ನಾಮಾನಿ ಕೃತ್ವಾಽಭಿವದನ್ಯದಾಸ್ತೇ।।

ಬುದ್ಧ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲಿದ್ದು ರಮಿಸುವನಾದ್ದರಿಂದ ಧೀರನೆಂದು ಕರೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ, ಸಮಸ್ತವಾದ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡಾದಿ ಚೇತನಾಚೇತನ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಾಣಮಾಡಿ ವೇದಾದಿಗಳಿಂದ ಅವುಗಳಿಗೆ ನಾಮರೂಪಾದಿಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ವ್ಯವಹರಿಸುವ,

ಪ್ರಕೃತ್ಯಾದಿಗಳಿಗಿಂತ ಪೂರ್ವದಲ್ಲೇ ಇದ್ದು ಪ್ರಕೃತ್ಯಾದಿ ದೋಷದೂರನಾದ, ಸೂರ್ಯನಂತೆ ಅಮಿತವಾದ ಪ್ರಕಾಶದಿಂದ ಹೊಳೆಯುವ, ಸರ್ವೋತ್ತಮನೂ, ಷಡ್ಗುಣಪೂರ್ಣನೂ ಆಗಿರುವ ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣನನ್ನು ನಾನು ಅಪರೋಕ್ಷದಿಂದ ತಿಳಿದಿದ್ದೇನೆ ಎಂಬುದಾಗಿ ಚತುರ್ಮುಖ ಬ್ರಹ್ಮದೇವರು ಈ ಶ್ರುತಿಯ ಮೂಲಕ ಸ್ತುತಿಸಿದ್ದಾರೆ. (೩೬)

ಧಾತಾ ಪುರಸ್ತಾದ್ಯಮುದಾಜಹಾರ ಶಕ್ರಃ ಪ್ರವಿದ್ವಾನ್‌ಪ್ರದಿಶಶ್ಚತಸ್ತ್ರಃ ।
ತಮೇವಂ ವಿದ್ವಾನಮೃತ ಇಹ ಭವತಿ ನಾನ್ಯಃಪಂಥಾ ಅಯನಾಯ ವಿದ್ಯತೇ ॥

ಚತುರ್ಮುಖ ಬ್ರಹ್ಮ, ಇಂದ್ರ ಮೊದಲಾದವರು ಪೂರ್ವಕಾಲದಿಂದಲೂ ಇದ್ದ ಯಾವ ಪುರುಷನನ್ನು ಸರ್ವೋತ್ತಮನೆಂದು ವ್ಯವಹರಿಸುವರೋ ಅಂಥಹ ಪರಮ ಪುರುಷನಾದ ಶ್ರೀಹರಿಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದವನು ಅಪರೋಕ್ಷಜ್ಞಾನ ಹೊಂದಿ ಮುಕ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅಮೃತತತ್ವರೂಪವಾದ ಮುಕ್ತಿ ಗಳಿಸಲು ವಿಷ್ಣುವಿನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದೊಂದೇ ಉಪಾಯ, ಬೇರೆ ಮಾರ್ಗವಿಲ್ಲ. **(೩೭)**

ಆನಂದತೀರ್ಥಮುನಿನಾ ವ್ಯಾಸವಾಕ್ಯಸಮುದ್ಧೃತಿಃ ।
ಸದಾಚಾರಸ್ಯ ವಿಷಯೇ ಕೃತಾ ಸಂಕ್ಷೇಪತಃ ಶುಭಾ ॥೩೮॥
ಅಶೇಷಕಲ್ಯಾಣಗುಣನಿತ್ಯಾನುಭವಸತ್ತನುಃ ।
ಅಶೇಷದೋಷರಹಿತಃ ಪ್ರೀಯತಾಂ ಪುರುಷೋತ್ತಮಃ ॥೩೯॥

ಸಜ್ಜೀವರುಗಳಿಗೆ ಐಹಿಕ ಮತ್ತು ಪಾರತ್ರಿಕ ಶ್ರೇಯಸ್ಸಿಗೆ ಕಾರಣವಾದಂಥ ಸದಾಚಾರವನ್ನು ವೇದವ್ಯಾಸರ ವಾಕ್ಯಗಳನ್ನು ಉದ್ಧರಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಸಂಕ್ಷೇಪವಾಗಿ ವಿವರಿಸುವ ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿ ಎಂಬ ಅತ್ಯಂತ ಮಂಗಳಕರವಾದ ಈ ಕೃತಿಯು ಆನಂದಕರವಾದ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳನ್ನು ರಚಿಸಿರುವ ಆನಂದತೀರ್ಥರೆಂಬ ಮುನಿಯಿಂದ ರಚಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಸಮಸ್ತವಾದ ಮಂಗಳಕರ ಗುಣಗಳೇ ನಿತ್ಯಾನುಭವವೆಂಬ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ದೇಹವುಳ್ಳ ಪಾರತಂತ್ರ್ಯಾದಿ ಸಕಲದೋಷಗಳಿಂದ ದೂರನಾದ ಪುರುಷೋತ್ತಮನು ಸಜ್ಜನರಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಮಂಗಳಕರವಾದ ಈ ಕೃತಿಯ ಸಮರ್ಪಣೆಯಿಂದ ಪ್ರೀತನಾಗಲಿ. (೩೮, ೩೯)

ಇತಿಶ್ರೀಮದಾನಂದತೀರ್ಥಭಗವತ್ಪಾದಾಚಾರ್ಯವಿರಚಿತಾ

ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿಃ ಸಂಪೂರ್ಣಃ

ಇಲ್ಲಿಗೆ ಶ್ರೀಮದಾನಂದತೀರ್ಥಭಗವತ್ಪಾದಾಚಾರ್ಯರಿಂದ ವಿರಚಿತ ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿ ಗ್ರಂಥದ ಕನ್ನಡ ಭಾವಾನುವಾದ ಮುಗಿಯಿತು

ಸದಾಚಾರ ಸ್ಮೃತಿ - ವಿಶೇಷವಿಚಾರ

ಮಂತ್ರ ವಿಧಿ ವಿಧಾನ

ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಹೇಳಿರುವ ವಿಧಿ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕವು ಸೂತ್ರಪ್ರಾಯವಾಗಿದ್ದು, ಕೆಲವು ಅವಶ್ಯ ಮಂತ್ರಗಳು, ಶ್ಲೋಕಗಳು ಮತ್ತು ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳು ಅಗತ್ಯವಿರುವುದರಿಂದ ಈ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಬ್ರಾಹ್ಮಮುಹೂರ್ತ

ಬ್ರಾಹ್ಮೇ ಮೂಹೂರ್ತೇ ಉತ್ಥಾಯ ಧರ್ಮಾರ್ಥಾವನುಚಿಂತಯೇತ್ ।
ಕಾಯಕ್ಲೇಶಾಂಶ್ಚ ತನ್ಮೂಲಾನ್ವೇದತತ್ತ್ವಾರ್ಥಮೇವ ಚ ॥ (ಮನುಸ್ಮೃತಿ)
ಬ್ರಾಹ್ಮೇ ಮೂಹೂರ್ತೇ ಉತ್ಥಾಯ ಧರ್ಮಾರ್ಥಾವನುಚಿಂತಯೇತ್ ।
ಕಾಯಕ್ಲೇಶಂ ತದುದ್ಭೂತಂ ಧ್ಯಾಯತಿ ಮನಸೇಶ್ವರಮ್ ॥
(ಕೂರ್ಮಪುರಾಣ)

ರಾತ್ರೇ ಪಶ್ಚಿಮಯಾಮಸ್ಯ ಮುಹೂರ್ತೋ ಯಸ್ತೃತೀಯಕಃ ।
ಸ ಬ್ರಾಹ್ಮ ಇತಿ ವಿಜ್ಞೇಯೋ ವಿಹಿತಃ ಸ ಪ್ರಬೋಧನೇ ॥
ಬ್ರಾಹ್ಮಮುಹೂರ್ತ ಇತ್ಯುಷಃಕಾಲಸ್ಯ ಪ್ರಸಿದ್ಧೇಶ್ಚ ॥ (ಛಾಂದೋಗ್ಯ ಭಾಷ್ಯ)
ರಜನೀ ಪ್ರಾತಯಾಮಾರ್ಧಂ ಬ್ರಾಹ್ಮಃ ಸಮಯ ಉಚ್ಯತೇ ॥
(ಸ್ಕಾಂದಪುರಾಣ)

ಸೂರ್ಯೋದಯಕ್ಕೆ ಮುಂಚಿನ ಎರಡು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲವೇ ಬ್ರಾಹ್ಮ ಮುಹೂರ್ತ ಎಂಬುದು ಮೇಲಿನ ವಾಕ್ಯಗಳ ಮುಖ್ಯತಾತ್ಪರ್ಯ.

ಪ್ರಾತಃಸ್ಮರಣ

ಎಚ್ಚರವಾದ ಕೂಡಲೇ ಹರಿಸ್ಮರಣಪೂರ್ವಕ ಹಾಸಿಗೆಯಿಂದ ಎದ್ದು ಕೈ, ಕಾಲು, ಮುಖಗಳನ್ನು ತೊಳೆದುಕೊಂಡು ಶ್ರೋತ್ರಾಚಮನ ಮಾಡಿಕೊಂಡು (ಬಲಗಿವಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿಕೊಂಡು ಕೇಶವಾದಿ ದ್ವಾದಶನಾಮ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡಿ), ಆಸನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ನೂರೆಂಟು ಸಲ ಅಥವಾ ಕನಿಷ್ಠ ಹನ್ನೆರಡು ಸಲವಾದರೂ ನಾರಾಯಣನ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಅನಂತರ ಕೆಳಗಿನ ಸ್ತೋತ್ರಗಳನ್ನು ಹೇಳಬೇಕು.

ಕರಾಗ್ರೇ ವಸತೇ ಲಕ್ಷ್ಮೀ ಕರಮಧ್ಯೇ ಸರಸ್ವತೀ।
ಕರಮೂಲೇ ಸದಾ ಗೌರೀ ಪ್ರಭಾತೇ ಕರದರ್ಶನಮ್ ॥
ಹರೇ ರಾಮ ಹರೇ ರಾಮ ರಾಮ ರಾಮ ಹರೇ ಹರೇ ।
ಹರೇ ಕೃಷ್ಣ ಹರೇ ಕೃಷ್ಣ ಕೃಷ್ಣ ಕೃಷ್ಣ ಹರೇ ಹರೇ ॥
ಉತ್ತಿಷ್ಠೋತ್ತಿಷ್ಠ ಗೋವಿಂದ ಉತ್ತಿಷ್ಠ ಗರುಡಧ್ವಜ ।
ಉತ್ತಿಷ್ಠ ಕಮಲಾಕಾಂತ ತ್ರೈಲೋಕ್ಯಂ ಮಂಗಲಂ ಕುರು ॥
ಪ್ರಾತಃಸ್ಮರಾಮಿ ವರಕುಂಡಲ ಶೋಭಿಗಂಡಂ
ಶೀತಾಂಶು ಮಂಡಲಮುಖಂ ಶಿತವಾರಿಜಾಕ್ಷಂ ।
ಆ ತಾಮ್ರ ಕಮ್ರ ಮುದಿತಾಧರ ಬಿಂಬಜೃಂಭಂ
ಧ್ಯಾತೃಪ್ರಹರ್ಷ ಕರಹಾಸರಸಂ ರಮೇಶಂ ॥
ಪ್ರಾತರ್ಭಜಾಮಿ ಶುಭಕೌಸ್ತುಭ ಕಂಬುಕಂಠಂ
ಸ್ಫೀತಾತ್ಮ ವಕ್ಷಸಿ ವಿರಾಜಿತ ಭೂರಿಹಾರಂ ।
ಭೀತ ಸ್ವಭಕ್ತ ಭವಭಂಜನಪಾಣಿಪದ್ಮಂ
ಶಾತೋದರಾರ್ಪಿತ ಜಗದ್ಧರಮಬ್ಜನಾಭಂ ॥
ಪ್ರಾತರ್ನಮಾಮಿ ಶುಭಕಿಂಕಿಣಿ ಮೇಖಲಾಂಗಂ
ಪೀತಾಂಬರಂ ಕರಿಕರೋರುಮುದಾರಜಾನುಂ ।
ಧ್ಯಾತಾಂಘ್ರಿಯುಗ್ಮ ರುಚಿರಂಜಿತ ಕಂಜಜಾತ
ವಾತಾದಿ ದೇವವರಮೌಲಿಮಣಿಂ ಮುಕುಂದಮ್ ॥
ವಾದಿರಾಜಯತಿಪ್ರೋಕ್ತಂ ಶ್ಲೋಕತ್ರಯಮಿದಂ ಸದಾ ।
ಪ್ರಾತಃಕಾಲೇ ಪಠನ್ ಮರ್ತ್ಯಃ ಸರ್ವಪಾಪೈಃ ಪ್ರಮುಚ್ಯತೇ ॥
ನಮೋಸ್ತು ತಾತ್ತ್ವಿಕಾ ದೇವಾ ವಿಷ್ಣುಭಕ್ತಿಪರಾಯಣಾಃ ।
ಧರ್ಮಮಾರ್ಗೇ ಪ್ರೇರಯಂತು ಭವಂತಸ್ಸರ್ವ ಏವ ಹಿ ॥
ಸಮುದ್ರವಸನೇ ದೇವಿ ಪರ್ವತಸ್ತನಮಂಡಿತೇ ।
ವಿಷ್ಣುಪತ್ನಿ ನಮಸ್ತುಭ್ಯಂ ಪಾದಸ್ಪರ್ಶಂ ಕ್ಷಮಸ್ವ ಮೇ ।
ವಿಷ್ಠಾಮೂತ್ರ ಕಫೋತ್ಸರ್ಗಮಪರಾಧಂ ಕ್ಷಮಸ್ವ ಮೇ ॥

ಸ್ವಾತ್ಮನಿವೇದನ

ಪ್ರಾತಃಕಾಲಾದಿಕಂ ಕರ್ಮ ನಿತ್ಯನೈಮಿತ್ತಿಕಾತ್ಮಕಂ ।
ಕೇಶವಾರಾಧನಾರ್ಥಾಯ ಕರಿಷ್ಯೇಽಹಂ ತವಾಜ್ಞಯಾ ॥
ಪ್ರಾತಃಪ್ರಭೃತಿಸಾಯಾಂತಂ ಸಾಯಾದಿಪ್ರಾತರಂತತಃ ।
ಯತ್ಕರೋಮಿ ಜಗನ್ನಾಥ ತದಸ್ತು ತವ ಪೂಜನಮ್ ॥
ಅಪರಾಧ ಸಹಸ್ರಾಣಿ ಕ್ರಿಯಂತೇಽಹರ್ನಿಶಂ ಮಯಾ ।
ತಾನಿ ಸರ್ವಾಣಿ ಮೇ ದೇವ ಕ್ಷಮಸ್ವ ಪುರುಷೋತ್ತಮ ॥
ಸ್ವಾಮೀ ತ್ವಂ ನೃಹರೇ ತವಾನುಚರಣಾಃ ಶರೀರಂ ಗೃಹಂ ।
ಪೂಜಾ ತೇ ವಿಷಯೋಪಭೋಗರಚನಾ ನಿದ್ರಾ ಸಮಾಧಿಸ್ಥಿತಿಃ ॥
ಸಂಚಾರಃ ಪದಯೋಃ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣವಿಧಿಃ ಸ್ತೋತ್ರಾಣಿ ಸರ್ವಾ ಗಿರಃ ।
ಯದ್ಯತ್ಕರ್ಮ ಕರೋಮಿ ತತ್ತದಖಿಲಂ ವಿಷ್ಣೋ ತವಾರಾಧನಮ್ ॥

ಎಂದು ಅನನ್ಯ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ನಿವೇದಿಸಬೇಕು.

ಮೂತ್ರ ಪುರೀಷೋತ್ಸರ್ಗ ವಿಧಿ (ಮಲಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ)

ಜನಿವಾರವನ್ನು ಬಲಗಿವಿಗೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ತಲೆಗೆ ವಸ್ತ್ರವನ್ನು ಸುತ್ತಿಕೊಂಡು ಮಲ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆಗೆ ಹೊರಡಬೇಕು. ವಿಸರ್ಜನೆಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮತನಾಡಬಾರದು. ದನದ ಕೊಟ್ಟಿಗೆ, ದೇವಸ್ಥಾನ, ತೀರ್ಥಗಳಲ್ಲಿ, ಅಗ್ನಿ ಹಾಗೂ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರೆದುರಿಗೆ ಇವೇ ಮೊದಲಾದ ಉತ್ತಮ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮಲ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜಿಸಬಾರದು. ನೈಋತ್ಯ ಅಥವಾ ಪಶ್ಚಿಮ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಎದುರುಮುಖವಾಗಿ ಕುಳಿತು ಶಾಸ್ತ್ರನಿಷಿದ್ಧವಲ್ಲದ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಈ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಅನಂತರ ಶುದ್ಧವಾದ ಮಣ್ಣಿನಿಂದ ಮತ್ತು ಶುದ್ಧವಾದ ನೀರಿನಿಂದ (ನೀರನ್ನು ಮೊದಲೇ ತಂಬಿಗೆಯಲ್ಲಿ ತೆಗೆದಿರಿಸಿರಬೇಕು) ದುರ್ಗಂಧ ಹೋಗುವವವರೆಗೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸ್ವಚ್ಛತೆಗೆ ವರ್ಣಾಶ್ರಮಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಇಂತಿಷ್ಟೇ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಮೃತ್ತಿಕೆಯಿಂದ ಹಾಗೂ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದು ಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನೂ ಶಾಸ್ತ್ರಕಾರರು ನಿರ್ಧರಿಸಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ದುರ್ಗಂಧ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಾಶವಾಗಬೇಕು ಎಂಬುದರಲ್ಲಿಯೇ ಅಂಥಹ ವಾಕ್ಯಗಳ ಮುಖ್ಯತಾತ್ಪರ್ಯ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ಗಂಡೂಷ ವಿಧಿ (ಬಾಯಿ ಮುಕ್ಕಳಿಸುವುದು)

ಮೂತ್ರೇ ಪುರೀಷೇ ಭುಕ್ತ್ಯಂತೇ ರೇತಃ ಪ್ರಸ್ರವಣೇಽಪಿ ಚ ।
ಚತುರಷ್ಟದ್ವಿಷಟ್ ದ್ವ್ಯಷ್ಟಗಂಡೂಷೈಃ ಶುಚಿರಿಷ್ಯತೇ ॥

ತಿಷ್ಠಂತಿ ಪುರತೋ ದೇವಾಃ ದಕ್ಷಿಣೇ ಪಿತೃದೇವತಾಃ ।

ಗಂಡೂಷಕ್ಷೇಪಣಂ ತಸ್ಮಾದ್ವಾಮಭಾಗೇ ವಿಧೀಯತೇ ॥

ನಮ್ಮ ಮುಂದೆ ದೇವತೆಗಳು, ಬಲಗಡೆಯಲ್ಲಿ ಪಿತೃದೇವತೆಗಳು ಇರುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಬಾಯಿಮುಕ್ಕಳಿಸಿದ ನೀರನ್ನು ಎಡಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಉಗುಳಬೇಕು.

ದಂತಧಾವನ ವಿಧಿ (ಹಲ್ಲುಗಳ ಸ್ವಚ್ಛತೆ)

ಮುಖದುರ್ಗಂಧನಾಶಾಯ ದಂತಾನಾಂ ಚ ವಿಶುದ್ಧಯೇ ।

ಷ್ಠೀವನಾಯ ಚ ಗಾತ್ರಾಣಾಂ ಕುರ್ವೇಹಂ ದಂತಧಾವನಮ್ ॥

ಆಯುರ್ಬಲಂ ಯಶೋ ವರ್ಚಃ ಪ್ರಜಾಃ ಪಶುವಸೂನಿ ಚ ।

ಬ್ರಹ್ಮಪ್ರಜ್ಞಾಂ ಚ ಮೇಧಾಂ ಚ ತ್ವಂ ನೋ ದೇಹಿ ವನಸ್ಪತೇ ॥

ಪೂರ್ವ ಅಥವಾ ಈಶಾನ್ಯ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಅಭಿಮುಖವಾಗಿ ದಂತಧಾವನ ಮಾಡುವುದು ಶ್ರೇಯಸ್ಕರವಾದುದು. ಬೇವು, ಮಾವು ಅಥವಾ ಉತ್ತರಾಣಿ ಕಾಷ್ಠದಿಂದ ಹಲ್ಲನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಶಾಸ್ತ್ರಕಾರರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದ ಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ ವಿಹಿತವಾದ ದ್ರವ್ಯಗಳಿಂದ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ ದಂತಚೂರ್ಣವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ಏಕಾದಶಿಯಂದು ದಂತಧಾವನ ನಿಷಿದ್ಧ. ಆದ್ದರಿಂದ ದಶಮಿ ರಾತ್ರಿಯೇ ದಂತಧಾವನವನ್ನು ಮಾಡಿ ಬಾಯಿ ಮುಕ್ಕಳಿಸಿ ದುರ್ಗಂದವನ್ನು ಹೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ದ್ವಾದಶೀ ದಿನದಲ್ಲಿ ಊಟವಾದನಂತರ ದಂತಧಾವನ ಮಾಡಬೇಕು.

ತುಲಸೀವಂದನ

ಯಾ ದೃಷ್ಟಾ ನಿಖಿಲಾಘಸಂಘಶಮನೀ ಸ್ಪೃಷ್ಟಾ ವಪುಃಪಾವನೀ ।

ರೋಗಾಣಾಮಭಿವಂದಿತಾ ನಿರಸನೀ ಸಿಕ್ತಾಂತಕತ್ರಾಸಿನೀ ॥

ಪ್ರತ್ಯಾಸತ್ತಿ ವಿಧಾಯಿನೀ ಭಗವತಃ ಕೃಷ್ಣಸ್ಯ ಸಂರೋಪಿತಾ ।

ನ್ಯಸ್ತಾ ತಚ್ಚರಣೇ ವಿಮುಕ್ತಿಫಲದಾ ತಸ್ಯೈ ತುಲಸ್ಯೈ ನಮಃ ॥

ಎಂದು ತುಲಸೀವೃಂದಾವನದ ಬಳಿ ನಿಂತು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ ನಮಸ್ಕರಿಸಬೇಕು.

ಲಲಾಟೇ ಯಸ್ಯ ದೃಶ್ಯೇತ ತುಲಸೀ ಮೂಲಮೃತ್ತಿಕಾ ।

ಯಮಸ್ತಂ ನೇಕ್ಷಿತುಂ ಶಕ್ತಃ ಕಿಮು ದೂತಾ ಭಯಂಕರಾಃ ॥

ಹೀಗೆ ಪಠಿಸಿ ತುಲಸೀಬುಡಕ್ಕೆ ನೀರೆರೆದು ಆ ನೀರನ್ನು ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸಿಕೊಂಡು, ಮೃತ್ತಿಕೆಯನ್ನು ಹಣೆಯಲ್ಲಿ ಊರ್ಧ್ವಪುಂಡ್ರದಂತೆ ಧರಿಸಿ ವೃಂದಾವನಕ್ಕೆ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣೆ ಬರಬೇಕು.

ಧ್ಯಾನಸ್ನಾನ

ಅಪವಿತ್ರಃ ಪವಿತ್ರೋ ವಾ ಸರ್ವಾವಸ್ಥಾಂ ಗತೋಽಪಿ ವಾ ।
ಯಃ ಸ್ಮರೇತ್ ಪುಂಡರೀಕಾಕ್ಷಂ ಸಬಾಹ್ಯಾಭ್ಯಂತರಃ ಶುಚಿಃ ॥
ಅತಿನೀಲಘನಶ್ಯಾಮಂ ನಳಿನಾಯತಲೋಚನಮ್ ।
ಸ್ಮರಾಮಿ ಪುಂಡರೀಕಾಕ್ಷಂ ತೇನ ಸ್ನಾತೋ ಭವಾಮ್ಯಹಮ್ ॥

ಗೋವಂದನ

ಸರ್ವಕಾಮದುಘೇ ದೇವಿ ಸರ್ವತೀರ್ಥಾಭಿಷೇಚನೀ ।
ಪಾವನೀ ಸುರಭಿಶ್ರೇಷ್ಠೇ ದೇವಿ ತುಭ್ಯಂ ನಮೋಸ್ತು ತೇ ॥

ಭಗವದ್‌ಧ್ಯಾನಮ್

ಸಂಚಿಂತಯೇದ್ ಭಗವತಃ ಚರಣಾರವಿಂದಂ
ವಜ್ರಾಂಕುಶ ಧ್ವಜಸರೋರುಹ ಲಾಂಛನಾಢ್ಯಮ್ ।
ಉತ್ತುಂಗರಕ್ತವಿಲಸನ್ನಖಚಕ್ರವಾಲ
ಜ್ಯೋತ್ಸ್ನಾಭರಾಹತ ಮಹದ್ಧೃಯಾಂಧಕಾರಂ ॥

ನಾರಾಯಣ ಧ್ಯಾನಮ್

ಸೋಽಂತಸ್ಸರಸ್ಯುರುಬಲೇನ ಗೃಹೀತ ಆರ್ತೋ
ದೃಷ್ಟ್ವಾ ಗರುತ್ಮತಿ ಹರಿಂ ಖಉಪಾತ್ತಚಕ್ರಂ ।
ಉತ್ಕ್ಷಿಪ್ಯ ಸಾಂಬುಜಕರಂ ಗಿರಮಾಹ ಕೃಚ್ಛ್ರಾತ್
ನಾರಾಯಣಾಖಿಲಗುರೋ ಭಗವನ್ನಮಸ್ತೇ ॥
ಹರೇ ಕೃಷ್ಣ ಹರೇ ಕೃಷ್ಣ ಶಂಖಚಕ್ರಗದಾಧರ ।
ಸರ್ವದಾ ಸರ್ವತೋಮಹ್ಯಂ ಕುರುಮಾಧವ ರಕ್ಷಣಮ್ ॥

ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ಗಜೇಂದ್ರಮೋಕ್ಷಮ್

ಅಂತಸ್ಸರಸ್ಯುರುಬಲೇನ ಪದೇ ಗೃಹೀತೋ
ಗ್ರಾಹೇಣ ಯೂಥಪತಿರಂಬುಜಹಸ್ತ ಆರ್ತಃ ।
ಆಹೇದಮಾದಿಪುರುಷಾಖಿಲಲೋಕನಾಥ
ತೀರ್ಥಶ್ರವಃ ಶ್ರವಣಮಂಗಲನಾಮಧೇಯ ॥
ಸ್ಮೃತ್ವಾ ಹರಿಸ್ತಮರಣಾರ್ಥಿನಮಪ್ರಮೇಯಃ

ಚಕ್ರಾಯುಧಃ ಪತಗರಾಜಭುಜಾಧಿರೂಢಃ ।
ಚಕ್ರೇಣ ನಕ್ರವದನಂ ವಿನಿಪಾಟ್ಯ ತಸ್ಮಾದ್
ಹಸ್ತೇ ಪ್ರಗೃಹ್ಯ ಭಗವಾನ್ ಕೃಪಯೋಜ್ಜಹಾರ ॥

ಕಾಲಾವಕಾಶವಿದ್ದರೆ ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತದ ಅಷ್ಟಮಸ್ಕಂಧದಲ್ಲಿ ವಿಸ್ತೃತವಾಗಿ ಮೂರು ಅಧ್ಯಾಯಗಳಲ್ಲಿ (೨,೩,೪) ಕಥಿತವಾಗಿರುವ ಗಜೇಂದ್ರಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಪಠಿಸಬಹುದು.

ದಧಿವಾಮನಸ್ತೋತ್ರಮ್

ಹೇಮಾದ್ರಿಶಿಖರಾಕಾರಂ ಶುದ್ಧಸ್ಫಟಿಕಸನ್ನಿಭಂ ।
ಪೂರ್ಣಚಂದ್ರನಿಭಂ ದೇವಂ ದ್ವಿಭುಜಂ ವಾಮನಂ ಸ್ಮರೇತ್ ॥ ೧ ॥
ಪದ್ಮಾಸನಸ್ಥಂ ದೇವೇಶಂ ಚಂದ್ರಮಂಡಲಮಧ್ಯಗಂ ।
ಜ್ವಲತ್ಕಾಲಾನಲಪ್ರಖ್ಯಂ ತಡಿತ್ಕೋಟಿಸಮಪ್ರಭಂ ॥ ೨ ॥
ಸೂರ್ಯಕೋಟಿಪ್ರತೀಕಾಶಂ ಚಂದ್ರಕೋಟಿಸುಶೀತಲಂ ।
ಚಂದ್ರಮಂಡಲಮಧ್ಯಸ್ಥಂ ವಿಷ್ಣುಮವ್ಯಯಮಚ್ಯುತಂ ॥ ೩ ॥
ಶ್ರೀವತ್ಸಕೌಸ್ತುಭೋರಸ್ಕಂ ದಿವ್ಯರತ್ನವಿಭೂಷಿತಂ ।
ಪೀತಾಂಬರಮುದಾರಾಂಗಂ ವನಮಾಲಾವಿಭೂಷಿತಂ ॥ ೪ ॥
ಸುಂದರಂ ಪುಡರೀಕಾಕ್ಷಂ ಕಿರೀಟೇನ ವಿರಾಜಿತಂ ।
ಷೋಡಶಸ್ತ್ರೀಯುತಂ ಸಮ್ಯಗಪ್ಸರೋಗಣಸೇವಿತಂ ॥ ೫ ॥
ಋಗ್ಯಜುಸ್ಸಾಮಾಥರ್ವಾದ್ಯೈರ್ಗೀಯಮಾನಂ ಜನಾರ್ದನಂ ।
ಚತುರ್ಮುಖಾದ್ಯೈರ್ದೇವೇಶೈಃ ಸ್ತೋತ್ರಾರಾಧನತತ್ಪರೈಃ ॥ ೬ ॥
ಸನಕಾದ್ಯೈರ್ಮುನಿಗಣೈಃ ಸ್ತೂಯಮಾನಮಹರ್ನಿಶಂ ।
ತ್ರಯಂಬಕೋ ಮಹಾದೇವೋ ನೃತ್ಯತೇ ಯಸ್ಯ ಸನ್ನಿಧೌ ॥ ೭ ॥
ದಧಿಮಿಶ್ರಾನ್ನಕವಲಂ ರುಕ್ಮಪಾತ್ರಂ ಚ ದಕ್ಷಿಣೇ ।
ಕರೇ ತು ಚಿಂತಯೇದ್ವಾಮೇ ಪೀಯೂಷಮಮಲಂ ಸುಧೀಃ ॥ ೮ ॥
ಸಾಧಕಾನಾಂ ಪ್ರಯಚ್ಛಂತಮನ್ನಪಾನಮನುತ್ತಮಂ ।
ಬ್ರಾಹ್ಮೇ ಮುಹೂರ್ತೇ ಚೋತ್ಥಾಯ ಧ್ಯಾಯೇದ್ದೇವಮಧೋಕ್ಷಜಂ॥ ೯ ॥
ಅತಿಸುವಿಮಲಗಾತ್ರಂ ರುಕ್ಮಪಾತ್ರಸ್ಥಮನ್ನಂ
ಸುಲಲಿತದಧಿಖಂಡಂ ಪಾಣಿನಾ ದಕ್ಷಿಣೇನ ।

ಕಲಶಮಮೃತಪೂರ್ಣಂ ವಾಮಹಸ್ತೇ ದಧಾನಂ
ತರತಿ ಸಕಲದುಃಖಾದ್ವಾಮನಂ ಭಾವಯೇದ್ಯಃ ॥ ೧೦ ॥
ಕ್ಷೀರಮನ್ನಂ ಅನ್ನದಾತಾ ಲಭೇದನ್ನಾದ ಏವ ಚ
ಪುರಸ್ತಾದನ್ನಮಾಪ್ನೋತಿ ಪುನರಾವೃತ್ತಿವರ್ಜಿತಂ ।
ಆಯುರಾರೋಗ್ಯಮೈಶ್ವರ್ಯಂ ಲಭತೇ ಚಾನ್ನಸಂಪದಃ ॥ ೧೧ ॥
ಇದಂ ಸ್ತೋತ್ರಂ ಪಠೇದ್ಯಸ್ತು ಪ್ರಾತಃಕಾಲೇ ದ್ವಿಜೋತ್ತಮಃ ।
ಅಕ್ಲೇಶಾದನ್ನಸಿಧ್ಯರ್ಥಂ ಜ್ಞಾನಸಿಧ್ಯರ್ಥಮೇವ ಚ ॥ ೧೨ ॥
ಅಭ್ರಶ್ಯಾಮಃ ಶುಭ್ರಯಜ್ಞೋಪವೀತೀ
ಸತ್ಕೌಪೀನಃ ಪೀತಕೃಷ್ಣಾಜಿನಶ್ರೀಃ ।
ಛತ್ರೀ ದಂಡೀ ಪುಂಡರೀಕಾಯತಾಕ್ಷಃ
ಪಾಯಾದ್ದೇವೋ ವಾಮನೋ ಬ್ರಹ್ಮಚಾರೀ ॥೧೩॥
ಅಜಿನದಂಡಕಮಂಡಲುಮೇಖಲಾ
ರುಚಿರಪಾವನವಾಮನಮೂರ್ತಯೇ ।
ಮಿತಜಗತ್ರಿತಯಾಯ ಜಿತಾರಯೇ
ನಿಗಮವಾಕ್ಪಟುವೇ ವಟವೇ ನಮಃ ॥ ೧೪ ॥
ಶ್ರೀಭೂಮಿಸಹಿತಂ ದಿವ್ಯಂ ಮುಕ್ತಾಮಣಿವಿಭೂಷಿತಂ ।
ನಮಾಮಿ ವಾಮನಂ ವಿಷ್ಣುಂ ಭುಕ್ತಿಮುಕ್ತಿಪ್ರದಾಯಕಂ ॥ ೧೫ ॥
ವಾಮನೋ ಬುದ್ಧಿದಾತಾ ಚ ದ್ರವ್ಯಸ್ಥೋ ವಾಮನಃ ಸ್ಮೃತಃ ।
ವಾಮನಸ್ತಾರಕೋ ದ್ವಾಭ್ಯಾಂ ವಾಮನಾಯ ನಮೋ ನಮಃ ॥ ೧೬ ॥

ತಾರತಮ್ಯಪೂರ್ವಕ ದೇವತಾವಂದನ

ವಂದೇ ವಿಷ್ಣುಂ ನಮಾಮಿ ಶ್ರಿಯಮಥ ಚ ಭುವಂ ಬ್ರಹ್ಮವಾಯೂ ಚ ವಂದೇ। ಗಾಯತ್ರೀಂ ಭಾರತೀಂ ತಾಮಪಿ ಗರುಡಮನಂತಂ ಭಜೇ ರುದ್ರ ದೇವಂ। ದೇವೀಃ ವಂದೇ ಸುಪರ್ಣೀಮಹಿಪತಿದಯಿತಾಂ ವಾರುಣೀಮಪ್ಯುಮಾಂ ತಾಂ । ಇಂದ್ರಾದೀನ್ಕಾಮಮುಖ್ಯಾನಪಿ ಸಕಲಸುರಾಂಸ್ತದ್ಗುರೂನ್ ಮದ್ಗುರೂಂಶ್ಚ ॥

ಗುರುವಂದನ

ಬ್ರಹ್ಮಾಂತಾ ಗುರವಃ ಸಾಕ್ಷಾದಿಷ್ಟಂ ದೈವಂ ಶ್ರಿಯಃಪತಿಃ ।
ಆಚಾರ್ಯಾಃ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯಾಃ ಸಂತುಮೇ ಜನ್ಮಜನ್ಮನಿ ॥
ಯೋ ವಿಪ್ರಲಂಭ ವಿಪರೀತ ಮತಿ ಪ್ರಭೂತ-
ವಾದಾನ್ನಿರಸ್ಯ ಕೃತವಾನ್ ಭುವಿ ತತ್ವವಾದಂ ।
ಸರ್ವೇಶ್ವರೋ ಹರಿರಿತಿ ಪ್ರತಿಪಾದಯಂತಂ
ಆನಂದತೀರ್ಥ ಮುನಿವರ್ಯಮಹಂ ನಮಾಮಿ ॥
ಅಸಮದ್‌ಗುರು ಸಮಾರಂಭಾಂ ಟೀಕಾಕೃತ್ಪಾದ ಮಧ್ಯಗಾಂ ।
ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯ ಪರ್ಯಂತಾಂ ವಂದೇ ಗುರುಪರಂಪರಾಮ್ ॥
ಪೂಜ್ಯಾಯ ರಾಘವೇಂದ್ರಾಯ ಸತ್ಯಧರ್ಮರತಾಯ ಚ ।
ಭಜತಾಂ ಕಲ್ಪವೃಕ್ಷಾಯ ನಮತಾಂ ಕಾಮಧೇನವೇ ॥
ಆಪಾದಮೌಲಿ ಪರ್ಯಂತಾಂ ಗುರೂಣಾಮಾಕೃತಿಂ ಸ್ಮರೇತ್ ।
ತೇನ ವಿಘ್ನಾಃ ಪ್ರಣಶ್ಯಂತಿ ಸಿದ್ಧ್ಯಂತಿ ಚ ಮನೋರಥಾಃ ॥
ಪೃಥ್ವೀಮಂಡಲಮಧ್ಯಸ್ಥಾಃ ಪೂರ್ಣಬೋಧಮತಾನುಗಾಃ ।
ವೈಷ್ಣವಾಃ ವಿಷ್ಣುಹೃದಯಾಃ ತಾನ್ನಮಸ್ತೇ ಗುರೂನ್ಮಮ ॥

ಆಚಮನವಿಧಿ

ಸಪವಿತ್ರೇಣ ಹಸ್ತೇನ ಕುರ್ಯಾದಾಚಮನಕ್ರಿಯಾಂ ।
ನೋಚ್ಛಿಷ್ಟಂ ತತ್ಪವಿತ್ರಂ ಸ್ಯಾದ್ ಭುಕ್ತೋಚ್ಛಿಷ್ಟಂ ತು ವರ್ಜಯೇತ್ ॥
ಹೇಮ್ನಾ ರೌಪ್ಯೇಣ ತಾಮ್ರೇಣ ಕುಶೇನೈವಾಥ ವಾ ಸದಾ ।
ಪವಿತ್ರಂ ಧಾರಯೇದ್ಧೀಮಾನ್ ತತ್ತತ್ಕರ್ಮಫಲಾಪ್ತಯೇ ॥
ಪ್ರಕ್ಷಾಲ್ಯ ಪಾಣೀ ಪಾದೌ ಚ ಶಿಖಾಂ ಬಧ್ವಾ ಸುಖಾಸನೇ ।
ಹೃದಯೇ ಸಂಸ್ಮರೇದ್ವಿಷ್ಣುಂ ತತಶ್ಚಾಚಮನಂ ಚರೇತ್ ॥
ಮುಕ್ತ್ವಾ ಕನಿಷ್ಠಕಾಂಗುಷ್ಠೇ ಮಾಷಮಾತ್ರಂ ಜಲಂ ಪಿಬೇತ್ ॥
ಅಂತರ್ಜಾನುಃ ಶುಚೌ ದೇಶೇ ಉಪವಿಷ್ಟ ಉದಙ್ಮುಖಃ ।
ಪ್ರಾಗ್ವಾ ಬ್ರಾಹ್ಮೇಣ ತೀರ್ಥೇನ ದ್ವಿಜೋ ನಿತ್ಯಮುಪಸ್ಪೃಶೇತ್ ॥
ಕನಿಷ್ಠದೇಶಿನ್ಯಂಗುಷ್ಠಮೂಲಾನ್ಯಗ್ರಕರಸ್ಯ ಚ
ಪ್ರಜಾಪತಿಪಿತೃಬ್ರಹ್ಮದೇವತೀರ್ಥನ್ಯನುಕ್ರಮಾತ್ ।

ಅಂಗುಷ್ಠಾಗ್ರೌ ಸಮಾಕುಂಚ್ಯ ಮಧ್ಯಮಂ ಮಧ್ಯಪರ್ವಸು

ಯೋಜಯಿತ್ವಾ ಚಮೇತ್ತತ್ರ ಸ ವೈ ಗೋಕರ್ಣ ಉಚ್ಯತೇ ॥

ಮೇಲಿನ ಶ್ಲೋಕಗಳ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳಬಹುದು. ಉಂಗುರದ ಬೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಪವಿತ್ರವನ್ನು ಧರಿಸಿ (ದರ್ಭೆ, ಬಂಗಾರ, ಬೆಳ್ಳಿ ಅಥವಾ ತಾಮ್ರದಿಂದ ಮಾಡಿದ ಪವಿತ್ರ), ಶುಚಿಯಾದ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಉಚಿತವಾದ ಆಸನದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರ ಅಥವಾ ಪೂರ್ವಾಭಿಮುಖವಾಗಿ ಕುಳಿತು, ಬಲ ಅಂಗೈಯನ್ನು ಗೋಕರ್ಣಾಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು, ಅದರ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಉದ್ದುಕಾಳು ಮುಳುಗುವಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದ ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು (ಇದನ್ನೇ ಬ್ರಾಹ್ಮತೀರ್ಥ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ), ಆ ತೀರ್ಥವನ್ನು ಮೂರು ಸಲ ಕೇಶವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ, ನಾರಾಯಣಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ಮತ್ತು ಮಾಧವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ಎನ್ನುತ್ತ ಹರಿಸ್ಮರಣೆಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪ್ರಾಶನ ಮಾಡಬೇಕು. ಉಚ್ಛಿಷ್ಟ ಜಲವನ್ನು ಆಚಮನಕ್ಕೆ ಬಳಸಬಾರದು. ಆಚಮನ ವಿಧಿಯು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಆಂತರಿಕ ಶುದ್ಧಿಗಾಗಿ ಇರುವುದು. ಅನಂತರವೇ ಕರ್ಮಗಳಿಗೆ ಅಧಿಕಾರ. ಅಶಕ್ತನಾಗಿದ್ದರೆ ಬಲಗಿವಿಯ ಸ್ಪರ್ಶ ಮಾಡೋಣರಿಂದಲೇ ಆಚಮನದ ಶುದ್ಧಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ಬ್ರಾಹ್ಮಣನ ಬಲಗಿವಿಯಲ್ಲಿ ಅಗ್ನಿ, ತೀರ್ಥಗಳು, ವರುಣ, ಸೂರ್ಯ, ಚಂದ್ರ ಮತ್ತು ವಾಯ್ವಾದಿ ದೇವತೆಗಳ ನಿತ್ಯ ಸನ್ನಿಧಾನವಿರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ ಶ್ರೋತ್ರಾಚಮನ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಸ್ನಾನವಿಧಿ

ಮಂತ್ರಸ್ನಾನಂ ಮಲಸ್ನಾನಂ ಧ್ಯಾನಸ್ನಾನಂ ಚ ವಾರುಣಂ ।

ಪಂಚಮಂ ಚ ಜಲಸ್ನಾನಂ ಇತಿ ಪಂಚವಿಧಂ ಸ್ಮೃತಮ್ ॥

ಮಂತ್ರಸ್ನಾನ, ಮಲಸ್ನಾನ, ಧ್ಯಾನಸ್ನಾನ, ವಾರುಣಸ್ನಾನ ಮತ್ತು ಜಲಸ್ನಾನ ಎಂಬುದಾಗಿ ಸ್ನಾನಗಳಲ್ಲಿ ಐದು ವಿಧ.

ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ನಮ್ಮ ದೇಹದ ನವದ್ವಾರಗಳಿಂದಲೂ ಮಲವು ಸ್ರವಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಮಲಗಳಿಂದ ದೇಹವನ್ನು ಶುದ್ಧಿಗೊಳಿಸಲು ನಾವು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಮೊದಲಿಗೆ ಮಲಸ್ನಾನ ಮಾಡಬೇಕು. ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮೂರು ಸಲ ಮುಳುಗಿ ಮೃತ್ತಿಕಾದಿಗಳಿಂದ ಮೈಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಉಜ್ಜಿಕೊಂಡು ಮತ್ತೆ ಮೂರು ಸಲ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತ ಮೈ ತೊಳೆದು ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದೇ ಮಲಸ್ನಾನ.

ಹೀಗೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಲು ಅಶಕ್ತನಾಗಿದ್ದರೆ, ಸಂಧ್ಯಾದಿ ಕಾರ್ಯಸಿದ್ಧಿಗಾಗಿ

ಮಂತ್ರಸ್ನಾನವನ್ನು ವಿಧಿಸಿದ್ದಾರೆ. ದೇಹದ ಮಲ ಹೋಗುವವರೆಗೂ ಒದ್ದೆ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಮೈಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಒರೆಸಿಕೊಂಡು, ಆ ವಸ್ತ್ರವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ, ಬೇರೆ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ವಸ್ತ್ರವನ್ನು ಧರಿಸಿಕೊಂಡು, ಆಚಮನ ಮಾಡಿ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಶುದ್ಧವಾದ ನೀರನ್ನು ಗಾಯತ್ರೀ ಅಥವಾ ಮೂಲಮಂತ್ರದಿಂದ ಮೂರುಸಲ ಅಭಿಮಂತ್ರಿಸಿ, ಆ ನೀರನ್ನು ದರ್ಭೆ ಅಥವಾ ತುಲಸೀದಲದಿಂದ "ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾ" ಎಂಬ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

॥ ಓಂ ಆಪೋಹಿಷ್ಠೇತಿ ತೃಚಸ್ಯ ಸೂಕ್ತಸ್ಯ ಅಂಬರೀಷಃ ಋಷಿಃ ಆಪೋ ದೇವತಾ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ ಮಾರ್ಜನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

॥ ಓಂ ಆಪೋ ಹಿಷ್ಠಾ ಮಯೋ ಭುವಃ। ತಾನ ಊರ್ಜೇ ದಧಾತನ। ಮಹೇರಣಾಯ ಚಕ್ಷಸೇ। ಯೋವಃ ಶಿವತ ಮೋರಸಃ। ತಸ್ಯ ಭಾಜಯತೇ ಹನಃ। ಉಶತೀರವಃ ಮಾತರಃ। ತಸ್ಮಾ ಅರಂಗ ಮಾಮವಃ। ಯಸ್ಯ ಕ್ಷಯಾಯ ಜಿನ್ವಥ। ಆಪೋ ಜನಯಥಾ ಚನಃ ॥

ವಾರ್ಧಕ್ಯ ಅಥವಾ ಅನಾರೋಗ್ಯದ ನಿಮಿತ್ತ ಬಹಳ ಅಶಕ್ತರಾಗಿದ್ದರೆ ಅಂಥವರು ಧ್ಯಾನಸ್ನಾನದಿಂದ ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ತನ್ನ ಶಿರಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಸರ್ವಲಕ್ಷಣ ಸಂಯುಕ್ತನಾದ ಶ್ರೀಹರಿಯು ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತನಾಗಿರುವನೆಂದು ಚಿಂತಿಸಬೇಕು. ಅವನ ಪಾದಗಳಿಂದ ಹರಿದುಬರುವ ತ್ರಿಪಥಗಾಮಿನಿಯಾದ ಗಂಗೆಯನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮದೇವರು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಶ್ರೀಹರಿಯ ಪಾದಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದೂ, ಆ ಪಾದೋದಕ ವನ್ನು ರುದ್ರದೇವರು ತಮ್ಮ ಶಿರಸ್ಸಿನಮೇಲೆ ಧರಿಸಿದ್ದಾರೆಂದೂ, ಶಿವನ ಶಿರಸ್ಸಿನಿಂದ ಹರಿದು ಬರುತ್ತಿರುವ ಪವಿತ್ರವಾದ ಗಂಗೋದಕವು ತನ್ನ ತಲೆಯಮೇಲೂ ಹರಿದು ಬಂದು ದೇಹದ ಸರ್ವಾಂಗಗಳನ್ನೂ ಪಾವನಗೊಳಿಸಿದೆ ಎಂಬುದಾಗಿ ಚಿಂತಿಸಬೇಕು. ಅನಂತರ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು. ಇದೇ ಧ್ಯಾನಸ್ನಾನ.

ಸರೋವರ, ಭಾವಿ ಮೊದಲಾದವುಗಳಲ್ಲಿ ಮಂತ್ರ ಪುರಸ್ಸರವಾಗಿ ಮುಳುಗು ಹಾಕಿ ಮಾಡುವ ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ವಾರಣಸ್ನಾನ ಎಂದು ಹೆಸರು.

ಗಂಗಾದಿ ತೀರ್ಥಗಳಲ್ಲಿ, ಭಾವಿ ಸರೋವರ ಮೊದಲಾದವುಗಳಲ್ಲಿ ಆಯಾ ತೀರ್ಥಾಭಿಮಾನಿ ಹಾಗೂ ನದ್ಯಭಿಮಾನಿ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತ ಸಂಕಲ್ಪಪೂರ್ವಕ ಮಾಡುವ ಸ್ನಾನವೇ ಜಲಸ್ನಾನ. ಶಕ್ತಿಯಿದ್ದವರು ವಿಧಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಎಲ್ಲ ಐದು ವಿಧವಾದ ಸ್ನಾನವನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕು.

ಪ್ರಾರ್ಥನೆ -

ನಮಾಮಿ ಗಂಗೇ ತವ ಪಾದಪಂಕಜಂ ಸುರಾಸುರೈರ್ವಂದಿತದಿವ್ಯರೂಪಂ।

ಭಕ್ತಿಂಚ ಮುಕ್ತಿಂಚ ದದಾಸಿ ನಿತ್ಯಂ ಭಾವಾನುಸಾರೇಣ ಸದಾ ನರಾಣಾಂ॥

ನಮಾಮಿ ಸುಕೃತ ಶ್ರೇಣೀಂ ಕೃಷ್ಣವೇಣೀಂ ತರಂಗಿಣೀಂ ।

ಯದ್ವೀಕ್ಷಣಂ ಕೋಟಿಜನ್ಮಕೃತ ದುಷ್ಕರ್ಮ ಶಿಕ್ಷಣಮ್ ॥

ಸಮಸ್ತ ಜಗದಾಧಾರ ಶಂಖ ಚಕ್ರ ಗದಾಧರ ।

ದೇವ ದೇಹಿ ಮಮಾನುಜ್ಞಾಂ ಯುಷ್ಮತ್ತೀರ್ಥ ನಿಷೇವಣೇ ॥

ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ಶ್ರೀಹರಿಯ ಅನುಜ್ಞೆಯನ್ನು ಬೇಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಸ್ನಾನಸಂಕಲ್ಪ -

ಅನಂತರ ನದಿ ಪ್ರವಾಹದಲ್ಲಿ ನಾಭಿಪರ್ಯಂತ ಜಲದವರೆಗೆ ಹೋಗಿ ಪ್ರವಾಹಕ್ಕೆ ಅಭಿಮುಖವಾಗಿ ಪೂರ್ವಾಭಿಮುಖವಾಗಿ ನಿಂತು ಮೂರುಸಲ ಮುಳುಗು ಹಾಕಬೇಕು. ಆಮೇಲೆ ಆಚಮನ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ, ದೇಶಕಾಲಾದಿಗಳನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸಿ ಸ್ನಾನ ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸ್ನಾನದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಋಕ್ ಶಾಖಿಗಳು ದ್ವಿತೀಯ ವಸ್ತ್ರವನ್ನು ಬಲಮೊಳಗೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದಿರಬೇಕು (ಯಜುಃ ಶಾಖಿಗಳಾದರೆ ವಸ್ತ್ರವನ್ನು ಸೊಂಟಕ್ಕೆ ಸುತ್ತಿರಬೇಕು).

ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿದ ಬಳಿಕ, ಕೆಳಗಿನ ಮಂತ್ರದಿಂದ ನದ್ಯಭಿಮಾನಿ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು.

ಓಂ ಇಮಂ ಮೇ ಗಂಗೇ ಯಮುನೇ ಸರಸ್ವತಿ ಶುತುದ್ರಸ್ತೋಮಂ ।

ಸಚತಾಪರುಷ್ಣ್ಯಾ ಅಸಿಕ್ನ್ಯಾಮ ರುದ್ವೃಧೇ

ವಿತಸ್ತಯಾರ್ಜೀಕೀಯೇ ಶೃಣುಹ್ಯಾ ಸುಷೋಮಯಾ ॥

ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನ -

ಅನಂತರ ವರುಣಾಭಿಮಾನೀ ದೇವತೆಯನ್ನು ಕೆಳಗಿನ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ಮುಂದೆ ಸೂಚಿಸಿರುವ ಪ್ರಕಾರ ಅರ್ಘ್ಯಗಳನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು.

ಹಿರಣ್ಯಶೃಂಗಂ ವರುಣಂ ಪ್ರಪದ್ಯೇ ತೀರ್ಥಂ ಮೇ ದೇಹಿಯಾಚಿತಃ।

ಯನ್ಮಯಾ ಭುಕ್ತಮ ಸಾಧೂನಾಂ ಪಾಪೇಭ್ಯಶ್ಚ ಪ್ರತಿಗ್ರಹಃ ॥

ಹೃಷೀಕೇಶನಿಗೆ -

ನಮಃ ಕಮಲನಾಭಾಯ ನಮಸ್ತೇ ಜಲಶಾಯಿನೇ ।

ನಮಸ್ತೇಸ್ತು ಹೃಷೀಕೇಶ ಗೃಹಾಣಾರ್ಘ್ಯಂ ನಮೋಸ್ತು ತೇ ॥

ಸೂರ್ಯನಿಗೆ -

ಏಹಿ ಸೂರ್ಯ ಸಹಸ್ರಾಂಶೋ ತೇಜೋರಾಶೇ ಜಗತ್ಪತೇ ।

ಅನುಕಂಪಯ ಮಾಂ ಭಕ್ತ್ಯಾ ಗೃಹಾಣಾರ್ಘ್ಯಂ ನಮೋಸ್ತು ತೇ ॥

ಗಂಗೆಗೆ -

ವಿಷ್ಣುಪಾದಾಬ್ಜಸಂಭೂತೇ ಗಂಗೇ ತ್ರಿಪಥಗಾಮಿನೀ ।

ಗೃಹಾಣಾರ್ಘ್ಯಂ ಮಯಾ ದತ್ತಂ ಜಲೇ ಸನ್ನಿಹಿತಾ ಭವ ॥

ಕೃಷ್ಣೆಗೆ -

ಕೃಷ್ಣೇ ಕೃಷ್ಣಾಂಗ ಸಂಭೂತೇ ಜಂತೂನಾಂ ಪಾಪಹಾರಿಣೀ ।

ನಮಸ್ತೇ ಸಲಿಲ ಶ್ರೇಷ್ಠೇ ಗೃಹಾಣಾರ್ಘ್ಯಂ ನಮೋಸ್ತು ತೇ ॥

ವರಾಹಮೂರ್ತಿಯ ಧ್ಯಾನ -

ಉದ್ಧೃತಾಸಿ ವರಾಹೇಣ ಕೃಷ್ಣೇನ ಶತಬಾಹುನಾ ।

ಮೃತ್ತಿಕೇ ಹನಮೇ ಪಾಪಂ ಯನ್ಮಯಾ ದುಷ್ಕೃತಂ ಕೃತಮ್ ॥

ತ್ವಯಾ ಹತೇನ ಪಾಪೇನ ಗಚ್ಛಾಮಿ ಪರಮಾಂ ಗತಿಮ್ ॥

ಹೀಗೆ ವರಾಹಮೂರ್ತಿಯನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿ ತುಲಸೀ ಮೃತ್ತಿಕೆಯನ್ನು ಮೈಗೆ ಲೇಪಿಸಿಕೊಂಡು ಸ್ನಾನಮಾಡಬೇಕು.

ಮಾರ್ಜನ -

ಅನಂತರ ಓಂ ನಮೋ ಭಗವತೇ ವಾಸುದೇವಾಯ, ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ ಮತ್ತು ಓಂ ವಿಷ್ಣವೇ ನಮಃ ಹೀಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಮೂರಾವರ್ತಿ ಸ್ನಾನವನ್ನು ಮಾಡಿ ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾ ಎಂಬ ಮೂರು ಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಮಾರ್ಜನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮತ್ತೆ ''ಉದ್ಧೃತಾಸಿ'' ಮಂತ್ರದಿಂದ ಮೃತ್ತಿಕೆಯನ್ನು ಲೇಪಿಸಿಕೊಂಡು ಸ್ನಾನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಆಮೇಲೆ ಅಘಮರ್ಷಣ ಸೂಕ್ತವನ್ನು ಪಠಿಸಬೇಕು.

ಅಘಮರ್ಷಣ ಸೂಕ್ತಪಠನ -

॥ ಓಂ ಋತಂ ಚೇತ್ಯಸ್ಯ ಅಘಮರ್ಷಣೋ ಋಷಿಃ । ಭಾವವೃತ್ತಾಖ್ಯೋ ವಿಷ್ಣುರ್ದೇವತಾ । ಅನುಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ । ಅಘಮರ್ಷಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ॥

ಓಂ ಋತಂ ಚ ಸತ್ಯಂಚಾಭಿದ್ಧಾತ್ತಪಸೋಽಧ್ಯ ಜಾಯತ । ತತೋ

ರಾತ್ರ್ಯಜಾಯತ । ತತಸ್ಸಮುದ್ರೋ ಅರ್ಣವಃ । ಸಮುದ್ರಾದರ್ಣವಾದಧಿ ಸಂವತ್ಸರೋ ಅಜಾಯತ । ಅಹೋರಾತ್ರಾಣಿ ವಿದಧದ್ವಿಶ್ವಸ್ಯ ಮಿಷತೋವಶೀ। ಸೂರ್ಯಾ ಚಂದ್ರಮಸೌ ಧಾತಾ ಯಥಾಪೂರ್ವಮಕಲ್ಪಯತ್। ದಿವಂ ಚ ಪೃಥಿವೀಂ ಚಾಂತರಿಕ್ಷಮಥೋ ಸ್ವಃ ॥

ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಿಂದ ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ಅನುಜ್ಞೆ ಪಡೆದು ಅವರಿಂದ ''ಭಾಗೀರಥೀ ಸ್ನಾನ ಫಲ ಸಿದ್ಧಿರಸ್ತು'' ಎಂದು ಹೇಳಿಸಿಕೊಂಡು ''ಬ್ರಹ್ಮಾಂತಾ ಗುರವಃ ಸಾಕ್ಷಾತ್'' ಎಂಬ ಶ್ಲೋಕವನ್ನು ಹೇಳಿ

ಗಂಗಾ ಗಂಗೇತಿ ಯೋ ಬ್ರೂಯಾತ್ ಯೋಜನಾನಾಂ ಶತೈರಪಿ ।

ಮುಚ್ಯತೇ ಸರ್ವಪಾಪೇಭ್ಯೋ ವಿಷ್ಣುಲೋಕಂ ಸ ಗಚ್ಛತಿ ॥

ಎಂದು ಹೇಳಿ ಶ್ವಾಸನಿರೋಧಿಸಿಕೊಂಡು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿ, ಶ್ರೀಹರಿಯ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡಿ, ಓಂಕಾರವನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸಿ, ನೀರಿನಿಂದ ಮೇಲೆದ್ದು ನಿರ್ಮಾಲ್ಯತೀರ್ಥ ಪ್ರಾಶನಮಾಡಿ, ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸಿಕೊಂಡು, ಸ್ನಾನಾಂಗ ದೇವ ಋಷಿ ಪಿತೃ ತರ್ಪಣವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು.

ಸ್ನಾನಾಂಗ ತರ್ಪಣ

ದೇವತರ್ಪಣ -

ಸವ್ಯದಿಂದ ಕೆಳಗಿನ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಬಲಗೈಯ ಬೆರಳುಗಳ ತುದಿಯಿಂದ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿಸಿ ತರ್ಪಣ ಕೊಡಬೇಕು.

ಬ್ರಹ್ಮಾದಯೋ ಯೇ ದೇವಾಃ ತಾನ್ ದೇವಾಂಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಭೂರ್ದೇವಾಂಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಭುವಃ ದೇವಾಂಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಸ್ವರ್ದೇವಾಂ-ಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಭೂರ್ಭುವಸ್ವರ್ದೇವಾಂಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ ।

ಋಷಿತರ್ಪಣ -

ಜನಿವಾರವನ್ನು ಮಾಲಾಕಾರವಾಗಿ ಹಾಕಿಕೊಂಡು, ಬಲಗೈಯ ಕಿರು ಬೆರಳ ಬುಡದಿಂದ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ತರ್ಪಣ ಕೊಡಬೇಕು.

ಕೃಷ್ಣದ್ವೈಪಾಯನೋ ಯೇ ಋಷಯಃ ತಾನ್ ಋಷೀಂಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಭೂರ್ ಋಷೀಂಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಭುವಃ ಋಷೀಂಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಸ್ವಃ ಋಷೀಂಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಭೂರ್ಭುವಸ್ವಃ ಋಷೀಂಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ ।

ಪಿತೃತರ್ಪಣ -

ಜನಿವಾರವನ್ನು ಅಪಸವ್ಯವಾಗಿ (ಎಡಕ್ಕೆ) ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಬಲ ಹೆಬ್ಬೆರಳಿನ ಬುಡದಿಂದ ಪಿತೃತರ್ಪಣ ಕೊಡಬೇಕು.

ಸೋಮಃ ಪಿತೃಮಾನ್ ಯಮೋಽಂಗಿರಾ ಅಗ್ನಿಷ್ವಾತ್ತಾಗ್ನಿಕವ್ಯ ವಾಹನಾದಯೋ ಯೇ ಪಿತರಃ ತಾನ್ ಪಿತೄನ್ ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಭೂಃ ಪಿತೄನ್ ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಭುವಃ ಪಿತೄನ್ ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಸ್ವಃ ಪಿತೄನ್ ತರ್ಪಯಾಮಿ । ಭೂರ್ಭುವಸ್ವಃ ಪಿತೄನ್ ತರ್ಪಯಾಮಿ।

ವಸ್ತ್ರನಿಷ್ಪೀಡಿತೋದಕ

ಅನಂತರ ಕೆಳಗಿನ ಮಂತ್ರದೊಂದಿಗೆ ವಸ್ತ್ರವನ್ನು ಹಿಂಡಿ ತರ್ಪಣ ನೀಡಬೇಕು.

ಯೇ ಕೇ ಚಾಸ್ಮತ್ ಕುಲೇ ಜಾತಾ ಅಪುತ್ರಾ ಗೋತ್ರಿಣೋ ಮೃತಾಃ ।
ತೇ ಗೃಹ್ಣಂತು ಮಯಾ ದತ್ತಂ ವಸ್ತ್ರನಿಷ್ಪೀಡನೋದಕಮ್ ॥

ಶಿಖೋದಕ -

ನಂತರ ಪಿತೃಗಳ ಉದ್ದಿಶ್ಯ ಕೆಳಗಿನ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಶಿಖೋದಕವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು.

ಶಿಖೋದಕಂ ಭೂಪತಿತಂ ಪಿಬಂತಿ ಪಿತರೋಽಖಿಲಾಃ ।
ತಸ್ಮಾತ್ ಶಿಖೋದಕಂ ದದ್ಯಾತ್ ಪಿತೄಣಾಂ ತೃಪ್ತಿಹೇತವೇ ॥

ಯಕ್ಷ್ಮತರ್ಪಣ -

ಪ್ರವಾಹವನ್ನು ಮಲಿನ ಮಾಡಿದ ಅಪರಾಧ ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಳಗಿನ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಜಲಾಭಿಮಾನಿ ದೇವತೆಯಾದ ಯಕ್ಷ್ಮನಿಗೆ ತರ್ಪಣವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು.

ಯನ್ಮಯಾ ದೂಷಿತಂ ತೋಯಂ ಶಾರೀರ ಮಲಸಂಭವಂ ।
ತತ್ಪಾಪಶೋಧನಾರ್ಥಾಯ ಯಕ್ಷ್ಮಾಣಂ ತರ್ಪಯಾಮ್ಯಹಮ್ ॥

ಯಸ್ಯಸ್ಮೃತ್ಯಾ ಚ ನಾಮೋಕ್ತ್ಯಾ ತಪಃಸ್ನಾನಕ್ರಿಯಾದಿಷು ।
ನ್ಯೂನಂ ಸಂಪೂರ್ಣತಾಂ ಯಾತಿ ಸದ್ಯೋ ವಂದೇ ತಮಚ್ಯುತಂ ॥
ಮಂತ್ರಹೀನಂ ಕ್ರಿಯಾಹೀನಂ ಭಕ್ತಿಹೀನಂ ರಮಾಪತೇ ।
ಯತ್ಕೃತಂತು ಮಯಾ ದೇವ ಪರಿಪೂರ್ಣಂ ತದಸ್ತು ಮೇ ॥

ಅನೇನ ಸ್ನಾನಾಂಗ ತರ್ಪಣೇನ ಭಗವಾನ್ ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯ-ಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀಮಜ್ಜನಾರ್ದನ ವಾಸುದೇವಃ ಪ್ರೀಯತಾಂ ಪ್ರೀತೋ ಭವತು । ಮಧ್ವಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು ॥

ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ

ತಲೆಯ ಮೇಲಿನಿಂದ ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದು ಶ್ರೇಯಸ್ಕರ. ಅಶಕ್ತನಾಗಿದ್ದರೆ ಆಗ ಬಿಸಿನೀರಿನಲ್ಲೇ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಬಹುದು. ತಣ್ಣೀರಿಗೆ ಬಿಸಿನೀರನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಅನಂತರ ಮತ್ತೆ ಅವಶ್ಯವಿದ್ದಷ್ಟು ತಣ್ಣೀರನ್ನು ಸೇರಿಸಿ, ಅದಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪ ತುಲಸೀ ಮೃತ್ತಿಕೆಯನ್ನು ಹಾಕಿ, ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಅಭಿಮಂತ್ರಿಸಿ ಕೆಳಗಿನ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಪಠಿಸುತ್ತ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಗಂಗೆ ಚ ಯಮುನೇ ಚೈವ ಗೋದಾವರೀ ಸರಸ್ವತೀ ।

ನರ್ಮದೇ ಸಿಂಧು ಕಾವೇರಿ ಜಲೇಽಸ್ಮಿನ್ ಸನ್ನಿಧೋ ಭವ ॥

ಗಂಗೆಗಂಗೇತಿ ಯೋ ಬ್ರೂಯಾತ್ ಯೋಜನಾನಾಂ ಶತೈರಪಿ ।

ಮುಚ್ಯತೇ ಸರ್ವಪಾಪೇಭ್ಯೋ ವಿಷ್ಣುಲೋಕಂ ಸ ಗಚ್ಛತಿ ॥

ನಮ್ಮ ದೇಹವು ವಿಷ್ಣುಮಂದಿರ ಎಂಬ ಅನುಸಂಧಾನದಿಂದ ಅದನ್ನು ಸದಾ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ಶೌಚದ ಬಗ್ಗೆ ಇಷ್ಟೊಂದು ವಿಧಿ ವಿಧಾನಗಳು. ನಾವು ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಸ್ನಾನ ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ವಿಷ್ಣುವಿಗೆ ಮಹಾಭಿಷೇಕ ಎಂಬ ಅನುಸಂಧಾನದಿಂದ ಪುರುಷಸೂಕ್ತವನ್ನು ಪಠಿಸುತ್ತ ನಮ್ಮ ಶಿರದ ಮೇಲಿಂದ ಪವಿತ್ರಜಲವನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನಾಂಗ ದೇವ-ಋಷಿ-ಪಿತೃ ತರ್ಪಣವಿಲ್ಲ.

ವಸ್ತ್ರಧಾರಣ

ವಿಧಿಪೂರ್ವಕ ಸ್ನಾನಾನಂತರ ಮೊದಲೇ ಹಿಂಡಿ ಒಣಗಿಸಿ ಇಟ್ಟಿದ್ದ ಶುಭ್ರವಾದ ಮಡಿವಸ್ತ್ರವನ್ನು ಉಪೇಂದ್ರನ ಸ್ಮರಿಸುತ್ತ ಧರಿಸಿ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಗೋಪೀಚಂದನ ಮತ್ತು ಮುದ್ರಾಧಾರಣ ವಿಧಿ

ಆಚಮನ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ದೇಶಕಾಲಗಳ ಉಚ್ಚರಿಸಿ ಭಾರತೀರಮಣಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣು ಪ್ರೇರಣಯಾ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣು ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಗೋಪೀಚಂದನ ಮುದ್ರಾದಿ ಧಾರಣಂ ಕರಿಷ್ಯೆ ಎಂದು ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಬೇಕು. ಗಾಯತ್ರಿಮಂತ್ರದಿಂದ ಎಡ ಅಂಗೈಯಲ್ಲಿ ಜಲವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಓಂ ನಮೋ ನಾರಾಯಣಾಯ ಎಂಬ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಗೋಪೀಚಂದನವನ್ನು ತೇಯಬೇಕು. ಅದರಲ್ಲಿ ಮೂಲಮಂತ್ರವನ್ನು ತುಳಸೀದಳದಿಂದ ಬರೆಯಬೇಕು. ನಾರಾಯಣ ಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಅಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸಬೇಕು. ಅನಂತರ ಕೇಶವಾದಿ (ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ) ಅಥವಾ ಸಂಕರ್ಷಣಾದಿ ದ್ವಾದಶ ನಾಮಗಳಿಂದ ಕೆಳಗೆ

ತೋರಿಸಿರುವಂತೆ ಲಲಾಟವೇ ಮೊದಲಾದ ಹನ್ನೆರಡು ಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿ ಊರ್ಧ್ವಪುಂಡ್ರ ನಾಮಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು. ಹಣೆಯ ಪುಂಡ್ರವನ್ನು ಮಧ್ಯೆ ಛಿದ್ರವಿರುವಂತೆ ತಿದ್ದಬೇಕು.

೧. ಕೇಶವಾಯ ನಮಃ (ಹಣೆಯಲ್ಲಿ, ನಾಲ್ಕು ಅಂಗುಲ)

೨. ನಾರಾಯಣಾಯ ನಮಃ (ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮಧ್ಯೆ, ಹತ್ತು ಅಂಗುಲ)

೩. ಮಾಧವಾಯ ನಮಃ (ಹೃದಯದ ಮಧ್ಯೆ, ಎಂಟು ಅಂಗುಲ)

೪. ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ (ಕಂಠದ ಮುಂಭಾಗ, ನಾಲ್ಕು ಅಂಗುಲ)

೫. ವಿಷ್ಣವೇ ನಮಃ (ಹೊಟ್ಟೆಯ ಬಲಭಾಗ, ಎಂಟು ಅಂಗುಲ)

೬. ಮಧುಸೂಧನಾಯ ನಮಃ (ಬಲ ಭುಜ, ಹತ್ತು ಅಂಗುಲ)

೭. ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಯ ನಮಃ (ಕಂಠದ ಬಲಭಾಗ, ಎರಡು ಅಂಗುಲ)

೮. ವಾಮನಾಯ ನಮಃ (ಹೊಟ್ಟೆಯ ಎಡಭಾಗ, ಎಂಟು ಆಂಗುಲ)

೯. ಶ್ರೀಧರಾಯ ನಮಃ (ಎಡ ಭುಜ, ಹತ್ತು ಅಂಗುಲ)

೧೦. ಹೃಷೀಕೇಶಾಯ ನಮಃ (ಕಂಠದ ಎಡಭಾಗ, ಎರಡು ಅಂಗುಲ)

೧೧. ಪದ್ಮನಾಭಾಯ ನಮಃ (ಬೆನ್ನಿನ ಪೃಷ್ಠ ಭಾಗದಲ್ಲಿ, ಎರಡು ಅಂಗುಲ)

೧೨. ದಾಮೋದರಾಯ ನಮಃ (ಕಂಠದ ಹಿಂಬದಿಯಲ್ಲಿ, ಎರಡು ಅಂಗುಲ)

ಹಣೆಯಲ್ಲಿ ದಂಡಾಕಾರವಾಗಿಯೂ, ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಪದ್ಮಾಕಾರವಾಗಿಯೂ, ಭುಜಗಳಲ್ಲಿ ವೇಣುಪತ್ರಾಕಾರವಾಗಿಯೂ, ಉಳಿದ ನಾಮಗಳನ್ನು ದೀಪದ ಜ್ಯೋತಿಯಂತೆಯೂ ನಾಮಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು. ಬಲಸ್ತನದ ಮೇಲೆ ಶ್ರೀವತ್ಸಾಯ ನಮಃ ಎಂದು ನಾಮಧಾರಣ ಮಾಡುವ ರೂಢಿಯೂ ಉಂಟು.

ಚಕ್ರಾದಿ ಮದ್ರೆಗಳನ್ನು ಆಯಾ ಆಯುಧಗಳ ಅಭಿಮಾನಿ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ ಕೆಳಗೆ ವಿವರಿಸಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಧರಿಸಬೇಕು.

ಚಕ್ರಮುದ್ರೆ -

ಸುದರ್ಶನ ಮಹಾಕಾಯ ಕೋಟಿಸೂರ್ಯಸಮಪ್ರಭ ।

ಅಜ್ಞಾನಾಂಧಸ್ಯ ಮೇ ನಿತ್ಯಂ ವಿಷ್ಣೋರ್ಮಾರ್ಗಂ ಪ್ರದರ್ಶಯ ॥

ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ ಚಕ್ರಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು.

ಬಲಗಣ್ಣಿನ ಪಾರ್ಶ್ವದಲ್ಲಿ ಕಪೋಲದ ಮೇಲೆ ಒಂದು, ಎದೆಯ ನಾಮದ ಮೇಲೆ

ಮೂರು, ಹೊಟ್ಟೆಯ ನಾಮದ ಮೇಲೆ ಐದು, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಬಲಭಾಗದಲ್ಲಿ ಎರಡು, ಎದೆಯ ಬಲಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮೂರು, ಬಲಭುಜದ ನಾಮದ ಮೇಲೆ ಎರಡು, ಕಂಠದ ಬಲಭಾಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು, ಎಡಭುಜದ ನಾಮದ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಮತ್ತು ಕಂಠದ ಮುಂಭಾಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಹೀಗೆ ಹತ್ತೊಂಭತ್ತು ಕಡೆ ಚಕ್ರಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು.

ಶಂಖಮುದ್ರೆ -

ಪಾಂಚಜನ್ಯ ನಿಜಧ್ವಾನ ಧ್ವಸ್ತ ಪಾತಕ ಸಂಚಯ ।

ಪಾಹಿ ಮಾಂ ಪಾಪಿನಂ ಘೋರಂ ಸಂಸಾರಾರ್ಣವಪಾತಿನಂ ॥

ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ ಶಂಖಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು.

ಎಡಗಣ್ಣಿನ ಪಾರ್ಶ್ವದಲ್ಲಿ ಕಪೋಲದ ಮೇಲೆ ಒಂದು, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಎಡಭಾಗದ ನಾಮದ ಮೇಲೆ ಎರಡು, ಎದೆಯ ಎಡಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮೂರು, ಎಡಭುಜದ ನಾಮದ ಮೇಲೆ ಎರಡು, ಕಂಠದ ಎಡಭಾಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು, ಬಲಭುಜದ ನಾಮದ ಕೆಳಗೆ ಒಂದು ಹೀಗೆ ಒಟ್ಟು ಹತ್ತು ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಶಂಖಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು.

ಪದ್ಮಮುದ್ರೆ -

ಸಂಸಾರಭಯಭೀತಾನಾಂ ಯೋಗಿನಾಮಭಯಪ್ರದ ।

ಪದ್ಮಹಸ್ತಸ್ಥಿತೋ ವಿಷ್ಣೋಃ ಪಾಹಿ ಮಾಂ ಸರ್ವತೋ ಭಯಾತ್ ॥

ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ಎದೆಯ ಮೇಲೆ ಎರಡು, ಬಲಭುಜದ ಮೇಲೆ ಎರಡು, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಬಲಭಾಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮತ್ತು ಎದೆಯ ಬಲಭಾಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಹೀಗೆ ಒಟ್ಟು ಆರು ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಪದ್ಮಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು.

ಗದಾಮುದ್ರೆ -

ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡಭುವನಾರಂಭ ಮೂಲಸ್ತಂಭೋ ಗದಾಧರಃ ।

ಕೌಮೋದಕೀ ಕರೇ ಯಸ್ತಂ ನಮಾಮಿ ಗದಾಧರಮ್ ॥

ಹಣೆಯ ನಾಮದ ಮೇಲೆ ಒಂದು, ಎಡಭುಜದ ಮೇಲೆ ಎರಡು, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಎಡಭಾಗದ ನಾಮದ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಮತ್ತು ಎದೆಯ ಎಡಭಾಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಹೀಗೆ ಒಟ್ಟು ಆರು ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಗದಾಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು.

ನಾರಾಯಣಮುದ್ರೆ -

ನಾರಾಯಣ ನಮಸ್ತೇಸ್ತು ನಾಮಮುದ್ರಾಂಕಿತಂ ನರಂ ।

ದೃಷ್ಟ್ವೈವ ಲಭತೇ ಮುಕ್ತಿಂ ಚಂಡಾಲೋ ಬ್ರಹ್ಮಘಾತಕಃ ॥

ಹೀಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ನಾರಾಯಣಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲ ನಾಮಗಳ ಮೇಲೂ ಹಾಗೂ ಎದೆಯ ಎರಡೂ ಬದಿಗಳಲ್ಲೂ ಧರಿಸಬೇಕು.

ತುಲಸೀಮಾಲಾಧಾರಣೆ

ತುಲಸೀಕಾಷ್ಠಸಂಭೂತೇ ಮಾಲೇ ಕೃಷ್ಣಜನಪ್ರಿಯೇ ।

ಬಿಭರ್ಮಿ ತ್ವಾಮಹಂ ಕಂಠೇ ಕುರು ಮಾಂ ಕೃಷ್ಣವಲ್ಲಭಮ್ ॥

ಹೀಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ ತುಲಸೀ ಮಾಲೆಯನ್ನು ಕಂಠದಲ್ಲಿ ಧರಿಸಬೇಕು.

ದೇವತಾರ್ಚನೆ

ಮೊದಲು ಪ್ರಾತಃ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ, ಅನಂತರ ದೇವತಾರ್ಚನೆ. ಪೂರ್ವ ಅಥವಾ ಉತ್ತರಾಭಿಮುಖವಾಗಿ ಯೋಗ್ಯವಾದ ಆಸನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು, ಎರಡು ಸಲ ಆಚಮನವನ್ನು ಮಾಡಿ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ವಿಧಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮಾಡಿ, ದೇಶಕಾಲಾದಿಗಳನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸಿ, ಹರಿಸ್ಮರಣೆಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಾತಃಸಂಧ್ಯಾ ಮಾಡುವುದಾಗಿ ಸಂಕಲ್ಪಮಾಡಬೇಕು. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣ ಎನ್ನಬೇಕು. **ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳನ್ನು ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಗ್ರಂಥಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಗುರುಹಿರಿಯರಿಂದ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.**

ಪ್ರತಿನಿತ್ಯವೂ ಶ್ರೀಹರಿಯ ಪ್ರೀತಿಗಾಗಿ ಶ್ರೀಹರಿಯೇ ಸರ್ವೋತ್ತಮನೆಂಬ ಜ್ಞಾನದಿಂದ, ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ ಪ್ರಕಾರ ಸ್ನಾನವನ್ನು ಮಾಡಿ ಶುದ್ಧವಾದ ವಸ್ತ್ರವನ್ನು ಧರಿಸಿ, ಮೂರಾವರ್ತಿ ವಸ್ತ್ರದಿಂದ ಶೋಧಿಸಿದ ಶುದ್ಧವಾದ ಜಲವನ್ನು ಅಗ್ರೋದಕ ಕಲಶದಲ್ಲಿ ತುಂಬಿ ತಂದು, ದ್ವಾರಪಾಲಕ ದೇವತೆಗಳಿಗೆ ವಂದಿಸಿ, **ವಾಯು ವಾಯಾಹಿ ದರ್ಶತೇ** ಎಂಬ ಮಂತ್ರದಿಂದ ದೇವರಕೋಣೆಯ ಬಾಗಿಲನ್ನು ತೆರೆದು ಒಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ, **ಅಗ್ನಿನಾಗ್ನಿಃ ಸಮಿಧ್ಯತೇ** ಎಂಬ ಮಂತ್ರದಿಂದ ದೀಪವನ್ನು ಹಚ್ಚಬೇಕು. ದೇವಪೂಜೆಯ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಗೋಮಯದಿಂದ ಸಾರಿಸಿ ಪರಿಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಿ, ರಂಗವಲ್ಲಿಯನ್ನು ಇಟ್ಟು, ಆ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ದೇವರಿಗೆ ಉತ್ತಮವಾದ ಆಸನವನ್ನು ಅಣಿಗೊಳಿಸಬೇಕು. ತಾನೂ ಸಹ ಯೋಗ್ಯವಾದ ಆಸನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು, ತಂತ್ರಸಾರೋಕ್ತ ಪದ್ಧತಿಯಿಂದ ಅಷ್ಟಮಹಾಮಂತ್ರ ಜಪಮಾಡಿ, ತತ್ತ್ವನ್ಯಾಸ ಮಾತೃಕಾನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ತಂತ್ರಸಾರೋಕ್ತ ವಿಧಾನದಿಂದ ದೇವಪೂಜೆ ಮತ್ತು ವೈಶ್ವದೇವ ಮೊದಲಾದ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. **ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳಿಗೆ ವೈಷ್ಣವ ದೇವತಾರ್ಚನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ನೋಡಿರಿ. ದೇವತಾರ್ಚನ**

ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಸಂಪ್ರದಾಯ ಬಲ್ಲ ಗುರುಹಿರಿಯರಿಂದ ಉಪದೇಶ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಶ್ರೇಯಸ್ಕರ.

ಬ್ರಹ್ಮರುದ್ರಾದಿ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಶ್ರೀಹರಿಯ ಪರಿವಾರವೆಂಬ ಅನುಸಂಧಾನ ದಿಂದಲೇ ಪೂಜಿಸಬೇಕು. ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿದ ತುಳಸಿ ಹೂವು ಇತ್ಯಾದಿ ಪೂಜಾ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅವರಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಬೇಕು. ಶ್ರೀಹರಿಗೆ ನೈವೇದ್ಯವನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿದಮೇಲೆ ಅದರ ಭಾಗವನ್ನು ರಮಾ ಬ್ರಹ್ಮಾದಿ ದೇವತೆಗಳಿಗೆ ನಿವೇದಿಸಬೇಕು. ರುದ್ರಾದಿ ದೇವತೆಗಳು, ಸನಕಾದಿಗಳು ಮತ್ತು ಯತಿಗಳಿಗೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿ ವಿಭಾಗ ಮಾಡಿ ಅರ್ಪಿಸಬೇಕು. ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣನಿಗಿಂತ ಕೆಳಗಿನವರಿಗೆ ಅರ್ಪಿತವಾದ ನೈವೇದ್ಯ ಶೇಷವನ್ನು ಪ್ರಾಣದೇವರ ಭಕ್ತರು ಸ್ವೀಕರಿಸಬಾರದು. ಹಾಗೇನಾದರೂ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತವಾಗಿ ಕೃಛ್ರ ಚಾಂದ್ರಾಯಣ ವ್ರತವನ್ನು ಆಚರಿಸಬೇಕು.

ಭೋಜನ ವಿಧಿ

ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞ, ವೈಶ್ವದೇವ, ಬಲಿಹರಣಗಳನ್ನು ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತ ವಿಧಾನದಿಂದ ಮಾಡಿ, ಅತಿಥಿ ಅಭ್ಯಾಗತ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರು ಹಾಗೂ ಸುವಾಸಿನಿಯರಿಗೆ ತೀರ್ಥ, ಗಂಧ, ಅಕ್ಷತೆ, ತುಳಸ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ನೀಡಿ ಭೋಜನ ಮಾಡಿಸಬೇಕು. ಅನಂತರ ಯಜಮಾನನು ತೀರ್ಥ, ಗಂಧಾಕ್ಷತೆ, ತುಳಸಿಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ, ಭೃತ್ಯರು ಮತ್ತು ಪರಿವಾರದ ಸಮೇತನಾಗಿ ಭೋಜನ ಮಾಡಬೇಕು. **ತೀರ್ಥಪ್ರಾಶನ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.**

ಅಕಾಲಮೃತ್ಯುಹರಣಂ ಸರ್ವವ್ಯಾಧಿನಿವಾರಣಮ್ ।
ಸರ್ವದುರಿತೋಪಶಮನಂ ವಿಷ್ಣುಪಾದೋದಕಂ ಶುಭಮ್ ॥
ಪ್ರಥಮಂ ಕಾಯಶುದ್ಧ್ಯರ್ಥಂ ದ್ವಿತೀಯಂ ಧರ್ಮಸಾಧನಮ್ ।
ತೃತೀಯಂ ಮೋಕ್ಷದಂ ಪ್ರೋಕ್ತಮೇವಂ ತೀರ್ಥಂ ತ್ರಿಧಾ ಪಿಬೇತ್ ॥

ಭೋಜನಕ್ಕೆ ಎಲೆ ಹಾಕುವ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ನೀರಿನಿಂದ ಚತುರಸ್ರ ಮಂಡಲ ಮಾಡಿ ಶ್ರೀಕಾರ ಬರೆದು ಅದರ ಮೇಲೆ ಎಲೆ ಹಾಕಬೇಕು. ಪೂರ್ವ ಅಥವಾ ಉತ್ತರಕ್ಕೆ ಅಭಿಮುಖವಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಎಲೆಯನ್ನು ಹಾಕಬೇಕು. ಮೊದಲು ಎಲೆಗೆ ಅಭಿಗಾರ ಮಾಡಿ, ಶ್ರೀಹರಿಯ ನೈವೇದ್ಯಶೇಷವಾದ ಎಲ್ಲ ಭೋಜ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಬಡಿಸಬೇಕು. ಬಡಿಸಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಗೆ ತುಳಸೀದಲ ಮತ್ತು ತೀರ್ಥವನ್ನು ಹಾಕಿ,

ಬ್ರಹ್ಮಾಂತಾಗುರವಃ ಸಾಕ್ಷಾದಿಷ್ಟಂದೈವಂ ಶ್ರಿಯಪತಿಃ ।

ಆಚಾರ್ಯಾಃ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯಾಃ ಸಂತು ಮೇ ಜನ್ಮಜನ್ಮನಿ ॥

ಎಂದು ಹೇಳಿ, ಅನಂತರ ಗಾಯತ್ರೀಮಂತ್ರದಿಂದ ತುಳಸೀಸಹಿತ ತೀರ್ಥದಿಂದ ಎಲೆಯಲ್ಲಿರುವ ಅನ್ನಕ್ಕೆ ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸಬೇಕು. **ಸತ್ಯಂತ್ವರ್ತೇನ ಪರಿಷಿಂಚಾಮಿ** ಎಂದು ಎಲೆಯ ಸುತ್ತ ಪರಿಷೇಚನಮಾಡಿ(ಎಲೆಯ ಬಲಬದಿಯಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ನೀರಿನಿಂದ ಎಲೆಯನ್ನು ಸುತ್ತುಗಟ್ಟುವುದೇ ಪರಿಷೇಚನ), ಚಿತ್ರಾಯ ನಮಃ, ಚಿತ್ರಗುಪ್ತಾಯ ನಮಃ ಎಂಬುದಾಗಿ ಚಿತ್ರಗುಪ್ತರ ಸಲುವಾಗಿ ಆಹುತಿಗಳನ್ನು ಎಲೆಯ ಬಲಭಾಗದಲ್ಲಿಡಬೇಕು. ಚಿತ್ರಾಯ ನಮಃ, ಚಿತ್ರಗುಪ್ತಾಯ ನಮಃ, ಯಮಾಯ ನಮಃ, ಸರ್ವಭೂತೇಭ್ಯೋ ನಮಃ ಎಂದು ನಾಲ್ಕು ಚಿತ್ರಾಹುತಿಗಳನ್ನು ಇಡುವ ಸಂಪ್ರದಾಯವೂ ಅನೇಕರಲ್ಲಿದೆ. ಈ ಪದ್ಧತಿಯೂ ಪ್ರಮಾಣಬದ್ಧವೇ ಆಗಿದೆ. ಚಿತ್ರಾಹುತಿಯನ್ನು ಇಡುವಾಗ ತುಪ್ಪ ಮಿಶ್ರಿತ ಅನ್ನವನ್ನು ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಗಾತ್ರದಷ್ಟು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಎಲೆಯ ಬಲಭಾಗದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ವದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಇಡಬೇಕು. ಉತ್ತರಾಭಿಮುಖವಾಗಿ ಕುಳಿತಿದ್ದರೆ ಉತ್ತರದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು. ಚಿತ್ರಾಹುತಿಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟನಂತರ,

ಅಹಂ ವೈಶ್ವಾನರೋ ಭೂತ್ವಾ ಪ್ರಾಣಿನಾಂ ದೇಹಮಾಶ್ರಿತಃ ।
ಪ್ರಾಣಾಪಾನ ಸಮಾಯುಕ್ತಃ ಪಚಾಮ್ಯನ್ನಂ ಚತುರ್ವಿಧಂ ॥
ನೈವೇದ್ಯಶೇಷಂ ತುಳಸೀವಿಮಿಶ್ರಿತಂ
ವಿಶೇಷತಃ ಪಾದಜಲೇನ ಸಿಕ್ತಂ ।
ಯೋಽಶ್ನಾತಿ ನಿತ್ಯಂ ಪುರತೋ ಮುರಾರೇಃ
ಪ್ರಾಪ್ನೋತಿ ಯಜ್ಞಾಯುತ ಕೋಟಿಪುಣ್ಯಮ್ ॥

ಎಂಬ ಶ್ಲೋಕವನ್ನು ಹೇಳಿ, **ಅಮೃತೋಪಸ್ತರಣಮಸಿ ಸ್ವಾಹಾ** ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತ ಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಪೂರ್ವಕ ತುಳಸೀ ಸಹಿತ ತೀರ್ಥವನ್ನು ಆಪೋಶನ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಓಂ ಪ್ರಾಣಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀ ಅನಿರುದ್ಧಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ।
ಓಂ ಅಪಾನಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ।
ಓಂ ವ್ಯಾನಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀ ಸಂಕರ್ಷಣಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ।
ಓಂ ಉದಾನಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀ ವಾಸುದೇವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ।
ಓಂ ಸಮಾನಾತ್ಮನೇ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣಾಯ ಸ್ವಾಹಾ ।

ಎಂಬುದಾಗಿ ಪಂಚಪ್ರಾಣಾಹುತಿಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಪ್ರಾಣಾಹುತಿಗಳನ್ನು ಹಲ್ಲುಗಳಿಗೆ ಸ್ಪರ್ಶವಾಗದಂತೆ ಮತ್ತು ನಾಲಿಗೆಯಿಂದ ರುಚಿನೋಡದೆ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರಾಣಾಹುತಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಎಡಗೈ ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ಎಲೆಯನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಬೇಕು. ತೋರುಬೆರಳು ಮಧ್ಯಮಬೆರಳು ಮತ್ತು ಅಂಗುಷ್ಠದಿಂದ ಮೊದಲನೆಯ ಆಹುತಿಯನ್ನೂ, ಮಧ್ಯಮ ಅನಾಮಿಕ ಮತ್ತು ಅಗುಷ್ಠದಿಂದ ಎರಡನೆಯ ಆಹುತಿಯನ್ನೂ, ಕಿರುಬೆರಳು ಉಂಗುರಬೆರಳು ಮತ್ತು ಅಂಗುಷ್ಠದಿಂದ ಮೂರನೆಯ ಆಹುತಿಯನ್ನೂ, ತೋರುಬೆರಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಉಳಿದ ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ನಾಲ್ಕನೆಯ ಆಹುತಿಯನ್ನೂ ತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಎಲ್ಲ ಐದು ಬೆರಳುಗಳನ್ನೂ ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಿ ಐದನೆಯ ಆಹುತಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

‘‘ಓಂ ಬ್ರಹ್ಮಣೇ ನಮಃ’’ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತ ನೇತ್ರಗಳನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಮೇಲೆ ಸಾವಧಾನವಾಗಿ ಪ್ರಸನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಗೋವಿಂದ ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಪೂರ್ವಕ ಭೋಜನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಭೋಜನವು ಒಂದು ಯಜ್ಞ. ಆದ್ದರಿಂದ ಭೋಜನ ಮಾಡುವಾಗ ಮೌನದಿಂದಿರಬೇಕು. ಭಗವತ್ ಸ್ಮರಣೆ ಮತ್ತು ಶಾಸ್ತ್ರಚಿಂತನೆ ನಡೆಸಲು ಅಡ್ಡಿಯಿಲ್ಲ. ಊಟವಾದಮೇಲೆ ‘‘ಅಮೃತಾಪಿಧಾನಮಸಿ’’ ಎಂದು ಉತ್ತರಾಪೋಶನ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ರೌರವೇ ಪೂಯನಿಲಯೇ ಪದ್ಮಾರ್ಬುದ ನಿವಾಸಿನಾಂ ।

ಅರ್ಥಿನಾಮುದಕಂ ದತ್ತಮಕ್ಷಯ್ಯಂ ಉಪತಿಷ್ಠತು ॥

ಎಂದು ಹೇಳಿ, ಎಲೆಯಲ್ಲಿ ಉಳಿಸಿದ ಉಚ್ಛಿಷ್ಟವನ್ನು ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಪಿತೃ ತೀರ್ಥದಿಂದ ಜಲವನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು. ಕೈಕಾಲುಗಳನ್ನು ತೊಳೆದುಕೊಂಡು ಹನ್ನೆರಡು ಸಲ ಬಾಯಿ ಮುಕ್ಕಳಿಸಬೇಕು. ಅನಂತರ ಎರಡು ಸಲ ಆಚಮನ ಮಾಡಿ, ಹರಿಪಾದೋದಕ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ತುಳಸೀದಳವನ್ನು ಭಕ್ಷಿಸಬೇಕು.

ಇದಮನ್ನಂ ಪವಿತ್ರಂ ಸ್ಯಾತ್ ಪಾನೀಯಂ ಚಾತಿ ಪಾವನಂ ।

ಭುಕ್ತಪೀತವಿಶುದ್ಧ್ಯರ್ಥಂ ಹರೇಃ ಪಾದೋದಕಂ ಪಿಬೇತ್ ॥

ಭೋಜನಾನಂತರಂ ವಿಷ್ಣೋರರ್ಪಿತಂ ತುಳಸೀದಲಂ ।

ಭಕ್ಷಣಾತ್ ಪಾಪನಿರ್ಮುಕ್ತಂ ಚಾಂದ್ರಾಯಣ ಶತಾಧಿಕಮ್ ॥

ಸಾಯಂಕಾಲದ ವಿಧಿ

ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಊಟದ ನಂತರ ವೇದ, ಶಾಸ್ತ್ರ, ಪುರಾಣಾದಿಗಳ ಪಾಠ ಪ್ರವಚನಾದಿಗಳಿಂದ ಶ್ರೀಹರಿಯನ್ನು ತೃಪ್ತಿಪಡಿಸಿ, ಸೂರ್ಯಾಸ್ತ ಸಮೀಪಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಇನ್ನೂ ಸೂರ್ಯ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗಲೇ, ಸಾಯಂಸಂಧ್ಯಾವನ್ನು ವಿಧಿಪೂರ್ವಕ ಮಾಡಿ,

ಅನಂತರ ದೇವರಿಗೆ ಪಂಚೋಪಚಾರ ಪೂಜೆ ಮಾಡಬೇಕು. ವಿಧಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಸಂಕಲ್ಪಮಾಡಿ, ಗಂಧ, ಅಕ್ಷತೆ, ಧೂಪ, ದೀಪ ಮತ್ತು ನೈವೇದ್ಯಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸಿ, ನೀರಾಜನ ಮಾಡಿ ಮಂತ್ರಪುಷ್ಪಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸಬೇಕು. ''ಯಸ್ಯಸ್ಮೃತ್ಯಾದಿ'' ಮಂತ್ರ ಹೇಳಿ ಪೂಜಾ ಸಮರ್ಪಣೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಮೂರಸಲ ತೀರ್ಥ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಭೋಜನ ಮಾಡಬೇಕು. ರಾತ್ರಿಯ ಭೋಜನದಲ್ಲಿ ''ಋತಂ ತ್ವಾಂ ಸತ್ಯೇನ ಪರಿಷಿಂಚಾಮಿ'' ಎಂದು ಪರಿಷೇಚನ ಮಾಡಬೇಕು. ಚಿತ್ರಾಹುತಿಗಳನ್ನು ಇಡಬಾರದು. ''ಅಮೃತೋಪಸ್ತರಣಮಸಿ ಸ್ವಾಹಾ'' ಎಂದು ಆಪೋಶನ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೃದ್ಗತ ಶ್ರೀಹರಿಯನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತ ಭೋಜನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಶಯನ ವಿಧಿ

ರಾತ್ರಿಯ ಒಂದು ಯಾಮದ ನಂತರ, ಅಂದರೆ ಸುಮಾರು ಒಂಬತ್ತು ಗಂಟೆ ನಂತರ, ಕೈಕಾಲು ತೊಳೆದುಕೊಂಡು ಶ್ರೀಹರಿಯನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತ, ರಾತ್ರಿಸೂಕ್ತವನ್ನು ಪಠಿಸಿ, ಗುರುಗಳು ಮತ್ತು ಋಷಿಮುನಿಗಳಿಗೆ ವಂದಿಸಿ,

ಅಗಸ್ತ್ಯೋ ಮಾಧವಶ್ಚೈವ ಮುಚುಕುಂದೋ ಮಹಾಮುನಿಃ ।
ಕಪಿಲೋ ಮುನಿರಾಸ್ತೀಕಃ ಪಂಚೈತೇ ಸುಖಶಾಯಿನಃ ॥
ಅಹಲ್ಯಾ ದ್ರೌಪದೀ ಸೀತಾ ತಾರಾ ಮಂಡೋದರೀ ತಥಾ ।
ಪಂಚಕನ್ಯಾಂ ಸ್ಮರೇನ್ನಿತ್ಯಂ ಮಹಾಪಾತಕನಾಶನಮ್ ॥
ರಾಮಂ ಸ್ಕಂದಂ ಹನೂಮಂತಂ ವೈನತೇಯಂ ವೃಕೋದರಮ್ ।
ಪಂಚೈತಾನ್ ಯಃ ಸ್ಮರೇನ್ನಿತ್ಯಂ ದುಃಸ್ವಪ್ನಂ ತಸ್ಯ ನಶ್ಯತೇ ॥

ಎಂಬ ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಪಠಿಸಿ, ಪೂರ್ವ ಅಥವಾ ದಕ್ಷಿಣ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ತಲೆಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಮಲಗಬೇಕು. ಪೂರ್ವದಿಕ್ಕಿಗೆ ತಲೆಮಾಡಿ ಮಲಗುವುದರಿಂದ ವಿದ್ಯೆಯೂ, ದಕ್ಷಿಣಕ್ಕೆ ತಲೆಮಾಡಿ ಮಲಗುವುದರಿಂದ ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಆಯುಷ್ಯವೂ ಫಲಿಸುತ್ತದೆ. ಪಶ್ಚಿಮ ದಿಕ್ಕಿನಿಂದ ಚಿಂತೆಯೂ ಮತ್ತು ಉತ್ತರ ದಿಕ್ಕಿನಿಂದ ಮೃತ್ಯುವೂ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ನಿದ್ದೆಯಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯೆ ಎಚ್ಚರವಾದಾಗಲೆಲ್ಲ ಭಗವಂತನ ಸ್ಮರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಪರಮಾತ್ಮನ ಸ್ಮರಣೆಯನ್ನು ಒಂದು ಕ್ಷಣವೂ ಬಿಡದೇ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಮಾಡುವ ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತ್ಯುಕ್ತ ಎಲ್ಲ ಕರ್ಮಗಳನ್ನೂ ಶ್ರೀಹರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಬೇಕು.

ಇಲ್ಲಿಗೆ ಶ್ರೀಮದಾನಂದತೀರ್ಥಭಗವತ್ಪಾದಾಚಾರ್ಯವಿರಚಿತ ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿ ಗ್ರಂಥಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ವಿವರಣೆ ಸಹಿತ ಅಂಗಾರಕುಲೋತ್ಪನ್ನ ಶ್ರೀನಿವಾಸಮೂರ್ತಿಗಳ ಸುಪುತ್ರ ವೆಂಕಟೇಶಮೂರ್ತಿ ರಚಿಸಿರುವ ಕನ್ನಡ ಭಾವಪ್ರಕಾಶಿಕಾ ಮುಕ್ತಾಯವಾಯಿತು.

ಈ ಕೃತಿಯ ಸಮರ್ಪಣೆಯಿಂದ ಅಸ್ಮದ್ಗುರ್ವಂತರ್ಗತ ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮೀವೆಂಕಟೇಶನು ಪ್ರೀತನಾಗಲಿ ॥

॥ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು ॥

॥ ಶ್ರೀಃ ॥

ಶ್ರೀಮದಾನಂದತೀರ್ಥಭಗವತ್ಪಾದಾಚಾರ್ಯ ವಿರಚಿತಾ

ಸದಾಚಾರ ಸ್ಮೃತಿಃ

ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ ಮತ್ತು ವಿವರಣೆ ಸಹಿತ

ಲೇಖಕರು

ಪ್ರೊ ॥ ಎಸ್. ವೆಂಕಟೇಶ ಮೂರ್ತಿ, ಎಂ. ಎಸ್‌ಸಿ.

ಪ್ರಕಾಶಕರು

ಪವನಜ ಪ್ರಕಾಶನ

ನಂ. 1625, 5ನೇ 'ಬಿ' ಕ್ರಾಸ್, ಎರಡನೆಯ ಬ್ಲಾಕ್,

ಬನಶಂಕರಿ ಮೊದಲನೆಯ ಘಟ್ಟ, ಬೆಂಗಳೂರು-560050

ದೂರವಾಣಿ - 26671691

Sadachara Smrithi
Kannada translation and Explanation by
Prof. S. Venkatesha Murthy, M. Sc., Retd principal,
National College, Basavanagudi, Bangalore
Published by
Pavanaja Prakashana,
1625, 5th B Cross, Second Block,
Banashankari First Stage, Bangalore-560050.
Phone No - 26671691
Second Edition: 2011 Pages: 48 Price: Rs. 20/-

ಸದಾಚಾರ ಸ್ಮೃತಿಃ

ಮೊದಲನೆಯ ಮುದ್ರಣ - 2001
ಪರಿಷ್ಕೃತ ಎರಡನೆಯ ಮುದ್ರಣ - 2011

ಪುಟಗಳು: 48

ಬೆಲೆ: ರೂ. 20/-

ಮುನ್ನುಡಿ

‘ಆಚಾರೋ ಪರಮೋ ಧರ್ಮಃ’ ‘ಆಚಾರಃ ಪ್ರಭವೋ ಧರ್ಮಃ ಧರ್ಮಸ್ಯ ಪ್ರಭುರಚ್ಯುತಃ’ ‘ಆಚಾರಹೀನಂ ನ ಪುನಂತಿ ವೇದಾಃ’ ‘ಆಚಾರವಿಹೀನೋ ಪಶುಃ’ ಇತ್ಯಾದಿ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಆಚಾರ ಸಹಿತ ವಿಚಾರಕ್ಕೆ ಇರುವ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಮನಗಾಣಬಹುದು. ಆಚಾರವಿಲ್ಲದ ವಿಚಾರ ಎಂದರೆ ಮಲಿನವಾದ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಹಾಲನ್ನು ಕಾಯ್ದಿರಿಸಿದಂತೆ. ಪಾತ್ರೆಗೆ ಅಂಟಿರುವ ಕೊಳೆಯು ಒಳಗಿರುವ ವಸ್ತುವಿಗೂ ಬೆರೆತು ಅದನ್ನು ಹಾಳುಗೆಡವುದು. ಒಳಗಿನ ವಸ್ತುವು ಶುದ್ಧವಾಗಿರಬೇಕಾದರೆ ಪಾತ್ರೆಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು ಶುದ್ಧವಾಗಿರಸಬೇಕಾದ್ದು ಅತ್ಯಂತ ಅವಶ್ಯಕ. ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ದೇಹವು ಪಾತ್ರೆಯ ಹೊರಮೈ ಅಂತಿದ್ದರೆ ಒಳಗಿರುವ ಅಂತಃಕರಣವು ಪಾತ್ರೆಯ ಒಳಮೈ ಇದ್ದಂತೆ. ದೇಹದ ಹೊರಗೂ ಒಳಗೂ ಶುದ್ಧವಾಗಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆ ಹಾಗೂ ವಿಚಾರಶಕ್ತಿಯು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿರುವುದು ಸಾಧ್ಯ. ಹಾಗಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ಭಗವಂತನ ಬಗ್ಗೆ ಸರಿಯಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ಆದುದರಿಂದ ಸತ್ಕರ್ಮಾಚರಣೆಯು ಅತ್ಯಂತ ಅವಶ್ಯಕವು. ಅದಕ್ಕೇನೆ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ‘ಕುರಭುಂಕ್ವ ಚ ಕರ್ಮ ನಿಜಂ ನಿಯತಂ ಹರಿಪಾದವಿನಮ್ರಧಿಯಾ ಸತತಂ’ ‘ಶುಭೇನ ಕರ್ಮಣಾ ಸ್ವರ್ಗಂ ನಿರಯಂ ಚ ವಿಕರ್ಮಣಾ’ ಇತ್ಯಾದಿ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಕರ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿವಳಿಕೆಯನ್ನು ನೀಡಿರುವುರು. ಸತ್ಕರ್ಮವೇ ನಿಜವಾದ ಕರ್ಮ. ನಮ್ಮನ್ನು ಪತನದ ಹಾದಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುವ ದುಷ್ಕರ್ಮವನ್ನು ಸರ್ವಥಾ ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು. ಸತ್ಕರ್ಮ, ದುಷ್ಕರ್ಮ ಮತ್ತು ವಿಕರ್ಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಉಪದೇಶ ಮಾಡಿರುವನು. ಕರ್ಮದ ಗತಿಯು ಗಹನವಾದುದರಿಂದ ಸತ್ಕರ್ಮ ಯಾವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿಯಲಾಗದು. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ವೇದಾದಿ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ ಕರ್ಮಾಚರಣೆಯ ವಿಷಯಗಳನ್ನು, ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಸಾಧನೆಗೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುವಂತೆ ಒಂದೆಡೆ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ, ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿ ಎಂಬ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ರಚಿಸಿಕೊಟ್ಟಿರುವರು. ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ಪ್ರಕಾರ

ನಾವು ನಿತ್ಯದಲ್ಲಿಯೂ ಕರ್ಮಾಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡು ತನ್ಮೂಲಕ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕು.

"ನ ಹಿ ಜ್ಞಾನೇನ ಸದೃಶಂ ಪವಿತ್ರಮಿಹ ವಿದ್ಯತೇ" "ಜ್ಞಾನೇನೈವ ಪರಂ ಪದಂ" "ನಾನ್ಯಃ ಪಂಥಾ ಅಯನಾಯ ವಿದ್ಯತೇ" ಇತ್ಯಾದಿ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಮಾತುಗಳಿಂದ ಜ್ಞಾನದ ಮಹತ್ವ ತಿಳಿದು ಬರುತ್ತದೆ. ಪರಮಾತ್ಮನ ಪರಮ ಪ್ರಸಾದರೂಪವಾದ ಶಾಶ್ವತ ಸುಖದ ನೆಲೆಯಾದ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಗಳಿಸಲು ಅಪರೋಕ್ಷ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಲೇ ಬೇಕಾದ್ದು ಅನಿವಾರ್ಯ. ಅದಾದರೋ ಪರಮಾತ್ಮನ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದಲೇ ಸಾಧ್ಯ. ಮುಕ್ತಿಯೋಗ್ಯ ಜೀವರು ಸತತ ಸತ್ಕರ್ಮಾಚರಣೆಯಿಂದ ಪರೋಕ್ಷಜ್ಞಾನವನ್ನು ಗಳಿಸಿದ ಮೇಲೆ, ಮತ್ತೆ ಸ್ವವರ್ಣಾಶ್ರಮೋಚಿತ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತ ಪಕ್ವವಾದ ಕಾಲ ಬಂದಾಗ ಪರಮಾತ್ಮನ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ ಅಪರೋಕ್ಷ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹಾಗೂ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಹೊಂದುವರು. ಸತ್ಕರ್ಮಾಚರಣೆಯು ಮುಕ್ತಿಯ ಮೊದಲ ಮೆಟ್ಟಲು ಎಂಬುದಾಗಿ ಇದರಿಂದ ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ. "ಕರ್ಮಣಾ ಜ್ಞಾನಮಾತನೋತಿ" "ಸ್ವಕರ್ಮಣಾ ತಮಭ್ಯರ್ಚ ಸಿದ್ಧಿಂ ವಿಂದತಿ ಮಾನವಃ" "ಕುರ್ವನ್ನೇವೇಹ ಕರ್ಮಾಣಿ ಜಿಜೀವಿಷೇತ್ ಶತಂ ಸಮಾಃ" ಇತ್ಯಾದಿ ವಾಕ್ಯಗಳಿಂದ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳು ಸತ್ಕರ್ಮದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಸಿಕೊಡುತ್ತವೆ.

ಯತ್ಕರೋಷಿ ಯದಶ್ನಾಸಿ ಯಜ್ಜುಹೋಸಿ ದದಾಸಿ ಯತ್ ।
ಯತ್ತಪಸ್ಯಸಿ ಕೌಂತೇಯ ತದ್ಕುರುಷ್ವ ಮದರ್ಪಣಮ್ ॥

ಇತ್ಯಾದಿ ಮಾತುಗಳಿಂದ ಶ್ರೀಮದ್ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಉಪದೇಶಿಸಿರುವ ಕರ್ಮಯೋಗವನ್ನು ಮುಮುಕ್ಷುಗಳು ಪಾಲಿಸಲೇಬೇಕು. ಯಾವುದೇ ಕರ್ಮ ಮಾಡುವಾಗ, "ನಾನು ಸ್ವತಂತ್ರನಲ್ಲ, ನನ್ನೊಳಗಿನ ತತ್ತ್ವಾಭಿಮಾನಿ ದೇವತೆಗಳು ಶ್ರೀಹರಿವಾಯುಗಳ ಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ನನ್ನಿಂದ ಈ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ" ಎಂಬ ಅನುಸಂಧಾನದಿಂದ ನಾವು ಮಾಡುವ ಎಲ್ಲ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣ ಎನ್ನಬೇಕು. ಕರ್ತೃತ್ವಾಭಿಮಾನವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು. ವರ್ಣಾಶ್ರಮೋಚಿತವಾದ ವಿಹಿತಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಫಲಾಪೇಕ್ಷೆಯಿಲ್ಲದೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಇದೇ ನಿಷ್ಕಾಮಕರ್ಮ. ಇದರಿಂದ ಮಾತ್ರ ಶ್ರೀಹರಿಯ ಪ್ರಸಾದ ರೂಪವಾದ ಅಪರೋಕ್ಷಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಮೋಕ್ಷ.

ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಸದಾಚಾರದಿಂದ ಜ್ಞಾನದ್ವಾರಾ ಪರಮಾತ್ಮನ ಅತ್ಯರ್ಥಪ್ರಸಾದ

ರೂಪವಾದ ಮೋಕ್ಷ ಎಂದಾಯಿತು. ಸದಾಚಾರ ಎಂದರೇನು? ''ಸತಾಂ ಆಚಾರಃ'' ''ಸತ್ ಆಚಾರಃ'' ''ಸದಾ ಆಚಾರಃ'' ಎಂಬುದಾಗಿ ಹಲವಾರು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವಿಗ್ರಹ ಮಾಡಿದಾಗ ಸದಾಚಾರ ಶಬ್ದವು ಅನೇಕ ಅರ್ಥಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲವೂ ವಿಹಿತವೇ ಆಗಿದೆ. ಸಜ್ಜನರು ಅಂದರೆ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಮರ್ಮ ಅರಿತವರು ಸರ್ವದಾ ಸದಾಚಾರಿಗಳಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. 'ಯದ್ಯದಾಚರತಿ ಶ್ರೇಷ್ಠಃ' ಎಂದು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ ನಡೆಯುವುದೇ ಸದಾಚಾರ. ಸಜ್ಜನರಿಗೆ ಹಿತವಾಗಿರುವಂತೆ ನಡೆಯುವುದೂ ಸದಾಚಾರವೇ. ಶಾಸ್ತ್ರದ ವಿಧಿ ನಿಯಮಾನುಸಾರ ನಡೆದರೇ ಸಜ್ಜನರಿಗೆ ಹಿತ. ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತ ಕರ್ಮಾಚರಣೆಯೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಆಚಾರವೇ ಆಗಿದೆ. ಆಚಾರ ಎಂಬ ಶಬ್ದದಲ್ಲಿಯೇ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ನಡವಳಿಕೆ ಎಂಬ ಅರ್ಥವಿರಬೇಕಾದರೆ, ಮತ್ತೆ ಸತ್ ಎಂಬ ಪ್ರತ್ಯಯ ಬಳಸಿರುವುದರ ಉದ್ದೇಶ ಸದಾಕಾಲವೂ ಒಳ್ಳೆಯ ನಡವಳಿಕೆ ಹೊಂದಿರಬೇಕು ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಒತ್ತುಕೊಡುವುದೇ ಆಗಿದೆ. ಪರಮಾತ್ಮನು ಸತ್ ಶಬ್ದವಾಚ್ಯನಾದ್ದರಿಂದ, ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಸಮ್ಮತವಾದ ಆಚಾರವೂ ಸದಾಚಾರವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಸದಾಚಾರ ಅಥವಾ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ಆಚಾರವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದರಿಂದ ದೇಹಶುದ್ಧಿ, ಅದರಿಂದ ಮನೋಶುದ್ಧಿ. ಶುದ್ಧವಾದ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಮಾಡಿದ ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಭಗವಂತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ. ಅನಂತರ ಪ್ರಾರಬ್ಧಕರ್ಮವನ್ನು ಭೋಗ ಮಾಡಿದ ಮೇಲೆ ಲಿಂಗಶರೀರ ತ್ಯಾಗದಿಂದ ಮೋಕ್ಷ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಮೋಕ್ಷಕ್ಕೆ ಹಲವು ಸೋಪಾನಗಳು. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಮೊಟ್ಟಮೊದಲನೆಯ ಸೋಪಾನವೇ ಸದಾಚಾರ. ಅಂಥ ಸದಾಚಾರವನ್ನು ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಡಲಿಕ್ಕಾಗಿ ಪರಮ ದಯಾಲುಗಲಾದ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿ ಎಂಬ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ರಚಿಸಿರುವರು. ಸಾಧಕನು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಗಿನಿಂದ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವವರೆಗೂ ಮಾಡಲೇ ಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯ ಕರ್ಮಗಳಾವುವು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿ ನಡೆಸಬೇಕು ಇವೇ ಮೊದಲಾದ ಸದಾಚಾರ ನಡೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಮಹತ್ವವಾದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಈ ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟು ಮಹದುಪಕಾರ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. 'ಕುರುಭುಂಕ್ಷ್ವ ಚ ಕರ್ಮ ನಿಜಂ ನಿಯತಂ ಹರಿಪಾದ ವಿನಮ್ರಧಿಯಾ ಸತತಂ' ಎಂದು ದ್ವಾದಶಸ್ತೋತ್ರದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿರುವಂತೆ ನಿಯತ ಕರ್ಮವನ್ನು ಸದಾ ಹರಿಸ್ಮರಣೆಪೂರ್ವಕ ಮಾಡಬೇಕು. ಹರಿಸ್ಮರಣೆ ಇಲ್ಲದೆ ಮಾಡುವ ಯಾವುದೇ ಕರ್ಮವೂ ಸತ್ಕರ್ಮವೆನಿಸದು.

ಶ್ರುತಿಸ್ಮೃತಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ ವಿಧಿನಿಷೇಧಗಳನ್ನು ಅರಿತು, ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ನಾವು ಮಾಡುವ, ಶಾಸ್ತ್ರೋದಿತ ಸ್ವೋಚಿತ ಕರ್ಮಗಳೇ ಸತ್ಕರ್ಮವೆನಿಸುತ್ತವೆ. ಅಂಥ ಕರ್ಮದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಹರಿಪ್ರಸಾದ ಪ್ರಾಪ್ತಿ. ಹರಿಯ ಸ್ಮರಣೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳು ವಿಧಿರೂಪ. ಹರಿಯ ವಿಸ್ಮರಣೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಅಸತ್ಕರ್ಮಗಳು ನಿಷೇಧರೂಪವು. ಹರಿಗೆ ಪ್ರೀತಿಕರವಾದ ವಿಹಿತ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಇಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಅವುಗಳ ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಪ್ರಮಾಣವಾಕ್ಯಗಳ ಮೂಲಕ ವಿಶದ ಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಸೂತ್ರಪ್ರಾಯವಾಗಿ ಕೆಲವೇ ವಾಕ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅನೇಕ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಕಾರರು ಬಿಡಿಸಿ ತೋರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿಗೆ ಅನೇಕ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಗಳಿದ್ದು, ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾಚಾರ್ಯರ ಸ್ಮೃತಿಮುಕ್ತಾವಲಿ, ಶ್ರೀನಿವಾಸತೀರ್ಥರ ಆಹ್ನಿಕಕೌಸ್ತುಭ, ಶ್ರೀನರಸಿಂಹಾಚಾರ್ಯರ ಭಾವ ಪ್ರಕಾಶಿಕಾ, ಶ್ರೀ ಮೌದ್ಗಲ ವೇದವ್ಯಾಸಾಚಾರ್ಯ ಕೃತ ತಂತ್ರದೀಪಿಕಾ ಮತ್ತು ಶ್ರೀ ಆಯಿ ನರಸಿಂಹಾಚಾರ್ಯ ಕೃತ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಗಳು ಪ್ರಮುಖವಾಗಿವೆ. ಈ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ, ಭಾವಪ್ರಕಾಶಿಕಾ ಎಂಬ ಈ ಕನ್ನಡಸಾರಸಂಗ್ರಹದಲ್ಲಿ ಸದಾಚಾರ ವಿಷಯವನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಈ ಕೃತಿಯ ಪ್ರಕಟಣೆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಾದಿಮಠದ ಪೀಠಾಧೀಶರಾದ ಪರಮಪೂಜ್ಯ ಶ್ರೀ ಶ್ರೀ ೧೦೦೮ ಸತ್ಯಾತ್ಮತೀರ್ಥ ಶ್ರೀಪಾದಂಗಳವರಿಗೆ ಭಕ್ತಿ ಗೌರವಪೂರ್ವಕ ನಮಸ್ಕಾರಗಳು ಸಲ್ಲುತ್ತವೆ. ಪೂಜ್ಯ ಶ್ರೀಪಾದರು ಯಾವಾಗಲೂ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ವಿಶೇಷವಾದ ಅನುಗ್ರಹದ ಧಾರೆಯನ್ನು ಹರಿಸುತ್ತ ಬಂದಿರುವರು. ಇದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವರ ಅನುಗ್ರಹವು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಸದಾ ಇರಲಿ ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇನೆ. ಸದಾಚಾರದ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಕರೆತಂದದ್ದೇ ನಮ್ಮ ಪೂಜ್ಯ ಗುರುಗಳಾದ ಶ್ರೀಯುತ ಡಾ. ವ್ಯಾಸನಕೆರೆ ಪ್ರಭಂಜನಾಚಾರ್ಯರು. ಈ ಕೃತಿಯ ಪ್ರಕಟಣೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಪೂಜ್ಯ ಗುರುಗಳಿಗೆ ಗೌರವಪೂರ್ವಕ ವಂದನೆಗಳು ಸಲ್ಲುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಬಂಧುಗಳು ಈ ಕೃತಿಯ ಮೊದಲನೆಯ ಮುದ್ರಣವನ್ನು ಬಹಳ ಆದರದಿಂದ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ, ನನಗೆ ಬಹಳ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ನೀಡಿರುವರು. ಮೊದಲ ಮುದ್ರಣದ ಪ್ರತಿಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸಾಧಕರ ಕೈ ಸೇರಿದ್ದರಿಂದ, ಪ್ರತಿಗಳು ಅಲಭ್ಯವಾಗಿ

ಹಲವು ವರ್ಷಗಳಾಗಿದ್ದವು. ಅಂದಿನಿಂದಲೂ ಈ ಪುಸ್ತಕಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಬೇಡಿಕೆ ಇದ್ದು, ಈಗ ಮರುಮುದ್ರಣದ ಸಮಯ ಒದಗಿಬಂದಿದೆ. ನನ್ನ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳಿಗೂ ಉತ್ತೇಜನ ಮತ್ತು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತ ನನಗೆ ಬೆಂಬಲವಾಗಿರುವ ಎಲ್ಲ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಬಂಧುಗಳಿಗೂ ಹಾಗೂ ಹಿತೈಷಿಗಳಿಗೂ ನನ್ನ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. ಈ ಗ್ರಂಥರೂಪದ ಸಮರ್ಪಣೆಯಿಂದ ನಮ್ಮ ಗುರುಗಳ ಅಂತರ್ಯಾಮಿ ಶ್ರೀ ಹನುಮಭೀಮಮಧ್ವಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ವೇದವ್ಯಾಸಾತ್ಮಕ ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮೀವೆಂಕಟೇಶನು ಪ್ರೀತನಾಗಲಿ.

ಇಂತಿ ಸಜ್ಜನವಿಧೇಯ

ಎಸ್. ವೆಂಕಟೇಶಮೂರ್ತಿ

॥ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು ॥